

9月のメニュー

	令和7年09月01日(月)	令和7年09月02日(火)	令和7年09月03日(水)	令和7年09月04日(木)	令和7年09月05日(金)	令和7年09月06日(土)	令和7年09月07日(日)	
朝	イグ トースト&ショコラロール ヨーグルト クリームデザート	おいものクリームパン ブロッコリーのクリーム煮 牛乳	チョコカスター ほうれん草のピラフ和え 牛乳	わかめご飯 さつま揚げの煮物 みそ汁 りんごジュース	トースト スクランブルエッグ 牛乳	卵ロール&ミニ食パン ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク 玉ねぎとベーコンのソテー 牛乳	
昼	麦ごはん けんぴが 切干大根の煮物 ブロッコリーのサラダ	かつ丼 スイカ 味噌汁 冬瓜	米飯 タラのアーモンド 焼き なすの炒め物 しらす和え	冷やし明太マヨうどん ミートボール カロリーメイトゼリー	麦ごはん 白身魚の唐揚げ かぶの煮物 マンゴー缶	米飯 赤魚の漬け焼き なすとじゃこの炒め物 ブロッコリーサラダ	米飯 鶏肉のチーフスライスかけ カリフラワーの加熱炒め 卵ときゅうりの和え物	
夕	米飯 さばのみりん焼き じゃが芋と卵のマスタード 炒め もずく酢	米飯 赤魚の煮付け 青菜のピリ辛炒め わかめとわかめの和え物	麦ごはん 鶏肉のごまみそ焼き じゃがいもの加熱炒め かぶの塩こうじ和え	米飯 マグロカツ・イカリング ごぼうの旨煮 菜の花の和え物	米飯 豚肉の塩炒め ちくわとイカリ煮 春雨サラダ	米飯 豚肉のピリ辛炒め ジャーマンポテト 菜の花のねりごま和え	米飯 揚げタラのきのこソースかけ 金平ごぼう ほうれん草のサラダ	
朝	令和7年09月08日(月)	令和7年09月09日(火)	令和7年09月10日(水)	令和7年09月11日(木)	令和7年09月12日(金)	令和7年09月13日(土)	令和7年09月14日(日)	
朝	ビッグトースト&カスタードロール ヨーグルト クリームデザート	おいものクリームパン ブロッコリーのコンソメ煮 牛乳	りんりんりんご アスパラの醤油和え 牛乳	ゆかり御飯 じゃがいもと厚揚げの煮物 みそ汁 オレンジジュース	レーズンパストリー かぶと春菊のスープ煮 牛乳	ポテト&イエローロール ヨーグルト コーンスープ	抹茶リング タマゴサラダ 牛乳	
昼	麦ごはん かれいのマスタード 焼き がんもの煮物 わかめのとろろ和え	米飯 鶏の香味ソースかけ あざりと菜の花のからし和え ブドウシャーベット	トマトじゃじゃ麺 コロック 菜の花の和え物	米飯 柳川風卵とじ ピーマンの炒め物 冷奴	八宝菜丼 ぎょうざ 大根サラダ	米飯 さばの塩焼き ビーフンソテー 菜の花のお浸し	麦ごはん 鶏肉と野菜の煮物 焼売 キャベツと沢庵の和え物	
夕	米飯 鶏すき煮 なすの炒め物 イカリ煮のお浸し	米飯 麻婆豆腐 野菜ソテー かぼちゃのごま和え	米飯 白身魚のけんぴが カリフラワーのコンソメ煮 キャベツのしらす和え	麦ごはん 鶏肉の鉄焼き ごぼうの炒め煮 じゃが芋のマスタード和え	米飯 双のちゃんちゃん焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーのゆかり和え	米飯 バーベキュー丼 さといもの揚げ煮 ほうれん草のさっぱり和え	米飯 白身魚の外巻きソースかけ 厚揚げの煮物 ブロッコリーのドレッシング 和え	
朝	令和7年09月15日(月)	令和7年09月16日(火)	令和7年09月17日(水)	令和7年09月18日(木)	令和7年09月19日(金)	令和7年09月20日(土)	令和7年09月21日(日)	
朝	ビッグトースト&ロール ヨーグルト クリームデザート	丸ロール ほうれん草ソテー 牛乳	トースト パンケーキ 牛乳	わかめご飯 じゃが芋の甘辛煮 みそ汁 りんごジュース	黒糖ミルク 玉ねぎのコンソメ煮 牛乳	ハンバーガー ヨーグルト コーンスープ	抹茶リング ツナ煮 牛乳	
昼	ちらし寿司 天ぷら 炊き合わせ 菜の花の和え物	きつねうどん 焼売 和栗モンブラン	米飯 海鮮五目炒め かぶの煮物 いんげんのごま和え	米飯 じゃが芋 こうや煮 ブロッコリーサラダ	米飯 赤魚の照り煮 炒り豆腐 きゅうりサラダ	親子丼 菜の花のからし和え すまし汁	米飯 鶏の梅しそ天ぷら かぶの煮物 菜の花の酢味噌和え	
夕	麦ごはん 豚肉の生姜焼き 冬瓜の煮物 マゼンタサラダ	米飯 さわらの生姜煮 大根のみそ炒め 春菊の白和え	米飯 鶏肉の照焼き かぼちゃの煮物 白菜と青菜の二色和え	米飯 タラの塩焼き だいこんの煮物 いんげんのごま和え	米飯 アジの炒め 切干大根煮 ほうれん草の丸煮	米飯 ホキの華風みそ煮 ピーマンソテー 白菜の和え物	麦ごはん かれいのピリ辛醤油ソース さつまいもの煮物 わかめのなめたけ和え	
朝	令和7年09月22日(月)	令和7年09月23日(火)	令和7年09月24日(水)	令和7年09月25日(木)	令和7年09月26日(金)	令和7年09月27日(土)	令和7年09月28日(日)	
朝	ビッグトースト&ショコラロール ヨーグルト クリームデザート	レーズンパストリー 冬瓜のピラフ 牛乳	チョコカスター スクランブルエッグ 牛乳	ゆかり御飯 だいこんとちくわの煮物 みそ汁 オレンジジュース	カスタードクリームパン ポテトソテー 牛乳	卵ロール&ミニ食パン ヨーグルト コーンスープ	おいものクリームパン たまねぎとウィンナーのソテー 牛乳	
昼	米飯 さわらの西京焼き 春雨の和え物 味噌汁 冬瓜	米飯 鶏すき煮 高菜炒め 春菊のピラフ和え	塩焼きそば えびかつ カリフラワーの酢の物	麦ごはん さばの味噌煮 焼き厚揚げ オクラの和え物	キーマカレー キャベツとコーンのサラダ フルーツ缶(白桃) 福神漬	米飯 さわらの昆布煮 畑菜の炒め物 さつま芋サラダ	米飯 チキンカツ 野菜のソテー レンコンサラダ	
夕	米飯 ふくさ焼き 大豆入りひじきの煮物 なすのピラフ和え	麦ごはん 白身魚の揚げ浸し 肉団子の甘酢煮 カリフラワーのしその実和え	米飯 あじの蒲焼 かぼちゃ煮 ピラフの塩昆布和え	米飯 揚げ鶏の甘酢あんかけ かぶの煮物 もやしの和え物	米飯 タラの生姜煮 ごぼうと豚肉の炒め煮 カリフラワーの和え物	米飯 豚肉のオスターソース炒め いんげん土佐煮 ほうれん草のしょうが醤油和え	米飯 赤魚の野菜あんかけ 豚肉の旨煮 イカリ煮とえのきのごま和え	
朝	令和7年09月29日(月)	令和7年09月30日(火)	●今月の行事食● ・9月10日(水) 昼食・・・お楽しみメニュー(岩手県) ・9月15日(月) 昼食・・・敬老の日メニュー					
昼	米飯 揚げ豆腐 野菜かき揚げ バナナ	麦ごはん さばの竜田揚げ かぼちゃの煮物 冷奴	 <p>立秋もすぎましたが、秋になるのはまだまだなようです。涼しい秋はいつ頃やってくるのかしら…。 左の写真は、8月のお楽しみメニュー【たまの温玉めし】になります。穴子がたっぷり入った混ぜご飯に温泉卵をトッピング。濃いタレと温泉卵のまろやかさがマッチした一品で、利用者さんもベロリと完食な昼食となりました。 管理栄養士 Y</p> 					
夕	麦ごはん ハバーグ しらすと豚肉のソテー カリフラワーサラダ	米飯 酢豚 ゆと里芋の煮物 オクラのマヨ和え						