

	令和06年09月01日(日)	令和06年09月02日(月)	令和06年09月03日(火)	令和06年09月04日(水)	令和06年09月05日(木)	令和06年09月06日(金)	令和06年09月07日(土)
朝	御飯 がんと冬瓜の煮物 春菊のごま和え のり佃煮 みそ汁(うずまき麩・貝割) 牛乳	御飯 ベーコンと野菜の炒め タマゴサラダ ふりかけ(カツオ) みそ汁(もやし・ねぎ) 牛乳	御飯 大根と鶏肉の炒り煮 いんげんのピーナツ和え ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	御飯 厚揚げの甘辛煮 オクラの和風和え しそ昆布 みそ汁(チンゲン菜・おつゆ麩) 牛乳	御飯 チキンオムレツ 付)小松菜 カリフラワーのサラダ たいみそ みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	御飯 和風ミートボール 付)スナップエンドウ しろなの和え物 うめびしお みそ汁(もやし・うずまき麩) 牛乳	御飯 野菜炒め 温泉卵 香の物(つぼ漬け) みそ汁(冬瓜・ねぎ) 牛乳
昼	御飯 豚肉のゆず醤油炒め なすの煮物 フルーツ缶(みかん) みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 ほっけの照り焼き 付)オクラ 金平ごぼう キャベツのゆかり和え みそ汁(長葱・ワカメ)	御飯 ポークカレー ブロッコリーのサラダ ヨーグルトデザート 香の物(福神漬)	御飯 たらの煮付け 付)花人参・長葱 もやしとしろなの和え物 フルーツ(キウイ) みそ汁(かぶ・かぶ葉)	御飯 回鍋肉 大根の中華和え フルーツ(オレンジ) 中華スープ(畑菜・椎茸)	御飯 海鮮卵焼き 塩だれあん) ひじきの煮物 フルーツ缶(りんご) みそ汁(じゃが芋・かぶ葉)	御飯 牛肉のしぐれ煮 カリフラワーのゆず風味和え フルーツ(キウイ) みそ汁(畑菜・しめじ)
夕	御飯 さばの照り焼き 付)大根おろし しろなの煮浸し フルーツ(キウイ) 香の物(桜だいこん)	御飯 チキン南蛮 タルタルソース) 付)人参グラッセ・パスタ えびとかぶのスープ煮 フルーツ缶(りんご) きゅうりの塩昆布和え	御飯 牛肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 畑菜の和え物 フルーツ缶(パイン)	御飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース) 付)スナップエンドウ かに焼売 春雨サラダ フルーツ缶(マンゴー)	御飯 白身魚の辛子マヨネーズ焼き 付)いんげん 里芋のそぼろ煮 フルーツ缶(黄桃) 香の物(赤しその実漬け)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)ブロッコリー れんこんきんぴら フルーツ(メロン) きゅうりとワカメのボン酢和え	御飯 白身魚の梅肉焼き 付)茄子 切干大根の炒め煮 小松菜のおかか和え うずら豆
朝	令和06年09月08日(日)	令和06年09月09日(月)	令和06年09月10日(火)	令和06年09月11日(水)	令和06年09月12日(木)	令和06年09月13日(金)	令和06年09月14日(土)
朝	御飯 肉詰めいなりの煮物 長芋とろろ えびみそ みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め ブロッコリーとツナのサラダ 金山寺みそ みそ汁(大根・うずまき麩) 牛乳	御飯 炒り豆腐 二色浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(かぶ・かぶ葉) 牛乳	御飯 厚焼き卵 付)うぐいす豆 カリフラワーのマヨネーズ和え ふりかけ(しそ) みそ汁(チンゲン菜・おつゆ麩) 牛乳	御飯 さつま揚げとかぶの煮物 小松菜とチキンの和え物 のり佃煮 みそ汁(白菜・ねぎ) 牛乳	御飯 がんと大根の煮物 キャベツの磯和え たいみそ みそ汁(さつま芋・大根葉) 牛乳	御飯 とりつくね 付)スナップエンドウ 畑菜のお浸し ふりかけ(カツオ) みそ汁(玉葱・ワカメ) 牛乳
昼	御飯 さわらの漬け焼き 付)人参きんぴら ほうれん草のごま和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(さつま芋・貝割)	親子丼 チンゲン菜とかまぼこの和え物 フルーツ缶(白桃) みそ汁(豆腐・大根葉)	御飯 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ さつま芋と昆布の煮物 フルーツ(キウイ) みそ汁(長葱・油揚げ)	御飯 白身魚の香味焼き 付)スナップエンドウ しろなどほたての和え物 フルーツ(バナナ) みそ汁(もやし・貝割)	御飯 ハンバーグ きのこソース) 付)いんげん・人参グラッセ じゃが芋のカレー炒め フルーツ(キウイ) みそ汁(冬瓜・ワカメ)	肉うどん 具) 卵の花 たまごとブロッコリーのサラダ	御飯 ゆで豚のごまだれかけ 付)もやし・赤ピーマン 白菜の煮浸し フルーツ缶(黄桃) みそ汁(じゃが芋・かぶ葉)
夕	御飯 とんかつ ソース) 付)キャベツ ちくわとかぶの煮物 フルーツ缶(マンゴー) 浅漬(白菜)	御飯 さばの味噌煮 付)オクラ・花人参 なすの炒め物 フルーツ(パイン) 香の物(しば漬)	御飯 ほっけの塩麴焼き 付)小松菜 冬瓜のえびあんかけ フルーツ缶(ミックス) わかめ佃煮	御飯 鶏肉の照り焼き 付)アスパラ 厚揚げと大根の煮物 フルーツ缶(みかん) もずく酢	御飯 白身魚の和風ムニエル 付)ピーマン なすの揚げ浸し フルーツ缶(マンゴー) ピクルス	御飯 黄金かれいの煮付け 付)オクラ・花麩 しろなとちくわの炒め フルーツ(オレンジ) 茶福豆	御飯 かにかま入り卵焼き 和風あん) ひじきとれんこんの炒り煮 フルーツ(パイン) 高菜漬

	令和06年09月15日(日)	令和06年09月16日(月)	令和06年09月17日(火)	令和06年09月18日(水)	令和06年09月19日(木)	令和06年09月20日(金)	令和06年09月21日(土)
朝	御飯 納豆 切干大根の炒め煮 香の物(赤しその実漬け) みそ汁(しろな・うずまき麩) 牛乳	御飯 ウインナーソテー 白菜と青菜のおかか和え ふりかけ(さけ) みそ汁(豆腐・ワカメ) 牛乳	御飯 厚揚げの含め煮 小松菜の錦糸和え あみえび佃煮 みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	御飯 炒り豆腐 ほうれん草の和え物 たいみそ みそ汁(じゃが芋・ねぎ) 牛乳	御飯 スクランブルエッグ ^g カリフラワーサラダ ^g ふりかけ(しそ) みそ汁(かぶ・かぶ葉) 牛乳	御飯 がんもの含め煮 白菜のゆかり和え かつおおかか みそ汁(畑菜・長葱) 牛乳	御飯 だし巻卵 付)大根おろし しろなのお浸し うめびしお みそ汁(里芋・ワカメ) 牛乳
昼	御飯 赤魚のバター醤油焼き 付)いんげん キャベツの塩昆布和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(さつま芋・ねぎ)	◎敬老の日◎ 赤飯 銀だら照り焼き 付)卵焼き・オクラ 天ぷら(えび・さつま芋) 柚子なます 抹茶プリン お吸物(花麩・みつば)	◎十五夜◎ さつまいも御飯 黒ムツの幽庵焼き 付)いんげん なすの肉味噌かけ ★季節の果物★ みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 付)スナップエンドウ ぜんまい煮 フルーツ缶(りんご) みそ汁(畑菜・えのき)	御飯 フライ二種盛り(エビカツ・ホタテ) ソース) 付)キャベツ いんげんのごま和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(おつゆ麩・ワカメ)	御飯 鶏肉のトマトソース トマトソース) 付)スナップエンドウ ジャーマンポテト フルーツ(オレンジ) コンソメスープ(小松菜・マッシュルーム)	御飯 ポークソテー 付)キャベツ マカロニサラダ ^g フルーツ缶(ミックス) みそ汁(冬瓜・きぬさや)
夕	御飯 プルコギ ^g 焼売 チンゲン菜の中華和え フルーツ(バナナ)	御飯 鶏肉と葱の塩炒め かぼちゃの煮物 フルーツ缶(白桃) きゅうりの生姜醤油和え	御飯 松風焼き 付)さや・花人参 カリフラワーとカニカマのサラダ ^g フルーツ缶(パイン) 香の物(桜だいこん)	御飯 ほっけの生姜醤油焼き 付)オクラ チンゲン菜の信田煮 フルーツ缶(ミックス) 浅漬け(白菜)	御飯 豚肉としめじのオイスターソース炒め 冬瓜のくずあんかけ フルーツ(キウイ) 香の物(つぼ漬け)	御飯 さばの山椒焼き 付)甘酢生姜 金平ごぼう もやしと青菜の和え物 フルーツ缶(黄桃)	御飯 白身魚のねぎ醤油焼き 付)うずら豆・いんげん かぶの信田煮 フルーツ(パイン) 香の物(赤しその実漬け)
	令和06年09月22日(日)	令和06年09月23日(月)	令和06年09月24日(火)	令和06年09月25日(水)	令和06年09月26日(木)	令和06年09月27日(金)	令和06年09月28日(土)
朝	御飯 焼き豆腐の煮物 ほうれん草とちくわのお浸し ふりかけ(のりたま) みそ汁(玉葱・うずまき麩) 牛乳	御飯 オムレツ 付)ブロッコリー オクラのなめたけ和え のり佃煮 みそ汁(かぶ・貝割) 牛乳	御飯 チキンピカタ 付)きぬさや 小松菜のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・ねぎ) 牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 畑菜のサラダ ^g えびみそ みそ汁(豆腐・ワカメ) 牛乳	御飯 野菜ソテー 白菜の和え物 ふりかけ(さけ) みそ汁(じゃが芋・ねぎ) 牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 キャベツの塩昆布和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(小松菜・しめじ) 牛乳	御飯 厚焼き卵 付)大根おろし オクラの香味和え かつおおかか みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳
昼	御飯 赤魚の焼き浸し 付)れんこん・花人参 なすの炒め物 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(しめじ・長葱)	御飯 鶏肉の香味焼き 付)スナップエンドウ ピーマン炒め 二色浸し みそ汁(もやし・油揚げ)	御飯 豆腐ハンバーグ ^g テリヤキソース) 付)いんげん ひじきの煮物 フルーツ(オレンジ) みそ汁(冬瓜・大根葉)	きのこカレー コールスローサラダ ^g ヨーグルトデザート 香の物(福神漬)	御飯 黄金かれのい生姜煮 付)オクラ・花麩 ほうれん草のごま和え フルーツ缶(黄桃) みそ汁(玉葱・かぶ葉)	御飯 鶏肉の唐揚げ 付)スナップエンドウ なすのおろし和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(さつま芋・ワカメ)	海鮮ちゃんぽん (具) 焼売 ブロッコリーの中華和え
夕	御飯 ミートローフ デミソース) 付)アスパラ ポトフ フルーツ(キウイ) ピクルス	御飯 白身魚のタルタルソース焼き 付)玉葱・ピーマン 里芋の味噌煮 フルーツ(りんご) 香の物(桜だいこん)	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め なすの揚げ浸し フルーツ缶(マンゴー) きゅうりの酢の物	御飯 ほっけの漬け焼き 付)人参きんぴら しろなのお浸し カリフラワーの和風サラダ ^g フルーツ(パイン)	御飯 豚肉と野菜の卵炒め 里芋の煮っころがし フルーツ(キウイ) 香の物(しば漬け)	御飯 太刀魚のねぎ塩焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 畑菜の辛子和え フルーツ(りんご)	御飯 鶏肉と茄子の味噌炒め かぶのくず煮 フルーツ(パイン) 人参サラダ ^g

	令和06年09月29日(日)	令和06年09月30日(月)				
朝	食パン・ジャム ミートホール 付)アスパラ チンゲン菜の和え物 コンソメスープ(小松菜・マッシュルーム) 牛乳	御飯 厚揚げの含め煮 ほうれん草とほたての和え物 のり佃煮 みそ汁(かぶ・ねぎ) 牛乳				
昼	御飯 白身魚のバター醤油ソース バター醤油ソース) 付)いんげん・甘煮人参 キャベツと沢庵の和え物 和梨ゼリー みそ汁(豆腐・貝割)	御飯 赤魚の照り焼き 付)ピーマン 金平ごぼう フルーツ(オレンジ) みそ汁(玉葱・ワカメ)				
夕	御飯 豚肉の生姜醤油焼き 付)畑菜 冬瓜のそぼろがけ フルーツ缶(ミックス) 昆布豆	御飯 フライ二種盛り(メンチ・カニクリーム ソース) 付)ブロッコリー 豚肉と大根のオイスター煮 フルーツ缶(りんご) 香の物(赤しその実漬)				