

9月献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	2025/09/01	2025/09/02	2025/09/03	2025/09/04	2025/09/05	2025/09/06	2025/09/07
朝	食パン (60g・ジヤム) 大豆ミートハンバーグ (オオソース) 牛乳	食パン (60g・ジヤム) うまい菜と豚肉のスープ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 照り焼き風肉団子 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ほうれん草オムレツ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ポテトミンチ巻き 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 筑前煮 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 磯巻き卵 牛乳
昼	ごはん カラの魚田 絹揚げのそぼろ煮 おくらのかか和え 清汁 (玉ねぎ)	ごはん とん平焼き 大根と平天の煮物 小松菜と油揚げの和え物 味噌汁 (キャベツ)	ごはん オレンジチキン しろなとツナのソテー みかん缶 味噌汁 (油揚げ・椎茸)	ごはん 白身魚の生姜煮 もやしと鶏肉の炒め物 さつま芋サラダ 味噌汁 (茄子)	カレーライス 漬物 (福神漬) 大根と竹輪のごまドレサラダ ヨーグルト	ごはん 豚かつのおろしあんかけ れんこんと平天の金平 ほうれん草となめこのおから和え 味噌汁 (じゃが芋)	ごはん アジの山椒煮 大根と小えびの炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁 (豆腐)
お	マロンクリームワッフル	もちりたい焼きあん	手作り抹茶あん餅 (やわらか餅)	ムースシュー	ココアフォンカッパ ケーキ	酒まんじゅう	きな粉プリン
夕	ごはん おでん キャベツのじゃこ炒め ひじきとハムの和風マヨサラダ 味噌汁 (えのき)	ごはん 銀ひらすの煮付け マカロニサラダ 金平ごぼう 味噌汁 (白菜)	ごはん 赤魚の焼き浸し 奴豆腐の葱味噌だれ 大根の香味ドレサラダ 味噌汁 (わかめ)	ごはん 八宝菜 かにシューマイ 杏仁豆腐とフルーツ缶の盛合せ 味噌汁 (大根)	ごはん 絹揚げの炊き合わせ キャベツと鶏肉の炒め物 パンプキンサラダ 味噌汁 (玉葱・大根葉)	ごはん 白身魚のグリル 大豆と鶏肉の煮物 カワラとコーンのレンドレサラダ 味噌汁 (キャベツ)	ごはん ハンバーグ (和風ソース) ベーコンと枝豆の塩バターソテー 冷やし冬瓜 味噌汁 (油揚げ)

	2025/09/08	2025/09/09	2025/09/10	2025/09/11	2025/09/12	2025/09/13	2025/09/14
朝	食パン (60g・ジヤム) 小松菜と豚肉のトマトスープ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) キャベツとウインナーのソテー 牛乳	食パン (60g・ジヤム) だし巻き卵 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ポロニアソーセージ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 干草焼き 牛乳	食パン (60g・ジヤム) さつま芋サラダ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) プレーンオムレツ 牛乳
昼	ごはん 蒸し鶏の梅ソースかけ もやしとツナの炒め物 ポテトサラダ 味噌汁 (キャベツ)	ごはん ぶりの照り揚げ 白身魚揚げの煮物 白オと大根葉のお浸し 鶏枝豆茶碗蒸し	散らし寿司 茄子の味噌炒め もやしとちりめんの塩麹ドレサラダ 味噌汁 (絹揚げ・シジ)	ごはん チーズメンチカツ ひじきと油揚げの煮物 大根とコーンの大葉ドレサラダ 味噌汁 (椎茸)	ごはん 白身魚の味噌煮 大根と鶏肉の炒め物 ブロッコリーのバジルドレサラダ 清汁 (オクラ)	菜飯 わかめうどん ごぼうと豚肉の炒り煮 みかん缶	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 奴豆腐の味噌だれかけ マカロニサラダ 清汁 (小松菜)
お	原宿ドッグミニ	栗あんまんじゅう	かぼちゃムース デイ ケーキ	ワッフル	もみじまんじゅう	桃ゼリー	チョコレートケーキ 紅茶
夕	ごはん カの南部焼き 豚肉とパプリカの炒め物 しろなと竹輪のピーナツドレ和え 味噌汁 (白菜)	ごはん 牛肉のすき煮 いかふくさ焼き チンゲンサイとえのきの和え物 味噌汁 (大根)	ごはん 三色稲荷の炊き合わせ 大根と豚肉の炒め物 胡瓜の酢の物 味噌汁 (キャベツ)	ごはん 白身魚の煮付け キャベツと豚肉の炒め物 うまい菜と竹輪の和え物 味噌汁 (牛蒡)	ごはん 豚肉のブルコギ 大豆とこんにゃくの煮物 ミルク寒天の杏ソースかけ 味噌汁 (さつま芋・モヤ)	ごはん 肉団子の和風あん 高野豆腐と椎茸の煮物 カワラと竹輪の香味ドレサラダ 味噌汁 (じゃが芋)	ごはん 白身魚の香草焼き 筈と豚肉の炒り煮 斗六豆 味噌汁 (絹揚げ)

	2025/09/15	2025/09/16	2025/09/17	2025/09/18	2025/09/19	2025/09/20	2025/09/21
朝	食パン (60g・ジヤム) うまい菜とウインナーのスープ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ミートオムレツ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) カリフラワーとウインナーのソテー 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 5品目具材の玉子焼き 牛乳	食パン (60g・ジヤム) カニカマ入りだし巻き卵 牛乳	食パン (60g・ジヤム) キャベツのピーナツドレサラダ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 野菜ミンチ巻き 牛乳
昼	秋のきのこご飯 天ぷら 里芋のそぼろ煮 フルーツ (マンゴー缶)	ごはん アジの照り焼き もやしと鶏肉の炒め物 揚げ茄子 味噌汁 (里芋)	炒飯 鶏の唐揚げ甘酢がけ (小) 白オのレモン風味 中華スープ (ザーサイ・わか)	ごはん 赤魚の魚田 絹揚げのそぼろ煮 スパゲティサラダ 清汁 (キャベツ)	ごはん ハヤシライス ピーマン漬 カワラと平天の香味ドレサラダ りんご缶	ごはん カの塩焼き 南瓜の含め煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 (油揚げ)	ごはん 回鍋肉 一口がんもの煮物 胡瓜の甘酢和え 味噌汁 (南瓜)
お	紅白まんじゅう	おかしなバナナ	栗羊かん	ドームケーキ (チョコ)	しっとりどら焼き (こしあん)	みるくまんじゅう (白あん)	ラムネゼリー
夕	ごはん 豚肉の味噌マヨ炒め 鯛つみれの煮物 オクラのとろろ和え 味噌汁 (わかめ)	ごはん 枝豆がんもの炊き合わせ ふかしジャガ (コーン) ブロッコリーのスローサラダ 味噌汁 (大根)	ごはん 秋刀魚の生姜煮 キャベツと平天の炒め物 玉子豆腐 豚汁	ごはん 豚大根 いかふくさ焼き 生酢 味噌汁 (オクラ)	ごはん カレイのグリルタルタルかけ 金平ごぼう 白オの洋風お浸し 味噌汁 (白葱・わかめ)	ごはん 蒸し鶏の油淋ソースかけ 豚肉の和風炒め もやしのごまドレサラダ 味噌汁 (白菜)	ごはん 白身魚の煮付け 白オと鶏肉の塩だしとろみ炒め うまい菜と油揚げの和え物 味噌汁 (人参・わか)

9月献立表

	2025/09/22	2025/09/23	2025/09/24	2025/09/25	2025/09/26	2025/09/27	2025/09/28
朝	食パン (60g・ジャム) かに玉 牛乳	食パン (60g・ジャム) 豆とベーコンのスープ 牛乳	食パン (60g・ジャム) 洋風だし巻き卵 牛乳	食パン (60g・ジャム) スクランブルエッグ 牛乳	食パン (60g・ジャム) チーズと野菜の仏印 牛乳	食パン (60g・ジャム) ハムチーズピカタ 牛乳	食パン (60g・ジャム) 南瓜のサラダ 牛乳
昼	ごはん 白身魚の唐揚げ あみだいこん(岡山県郷土) 小松菜の大葉ドレ和え 味噌汁(玉ねぎ)	稲荷寿司 あんかけ卵とじうどん 大根と人参の塩麹ドレサラダ みかん缶	ごはん 豚肉と里芋の煮込み 奴豆腐(醤油) チンゲンサイの和え物 味噌汁(大根)	秋の爽りカレー(さつま芋・鶏) らっきよ漬 ブロッコリーとコーンのおからサラダ 黄桃缶	粟入り赤飯 竹の若狭焼き 大根と豚肉の炒め物 うまい菜とえのきの和え物 味噌汁(油揚げ)	ごはん 豚肉の生姜炒め えびつみれの煮物 もやしと隠元の大葉ドレ和え 味噌汁(豆腐)	ごはん ホッケのたれ焼き 金平ごぼう 白菜の煮浸し 味噌汁(卵)
お	チョコワッフル	おはぎ	みるくまんじゅう(抹茶)	きな粉ソフォンカップケーキ	プリン	黒糖まんじゅう(こしあん)	ぶどうゼリー
夕	ごはん 合鴨スモークスライス 高野豆腐の煮物 コールスローサラダ 味噌汁(えのき)	ごはん 牛皿 キャベツとツナの炒め物 ブロッコリーの麦味噌和え 味噌汁(大根葉・椎茸)	ごはん サラの柚庵焼き 冬瓜のくず煮 もやしと竹輪の香味ドレサ' 味噌汁(白菜)	ごはん 高野豆腐の炊き合わせ キャベツと鶏肉の炒め物 ポテトサラダ 味噌汁(牛蒡)	ごはん 牛肉コロッケ れんこんと竹輪の炒め生酢 手作り胡麻豆腐 味噌汁(玉ねぎ)	ごはん イソの山椒煮 卵の花 スパゲティサラダ 味噌汁(白菜)	ごはん ハンバーグ(野菜ソース) 大豆とベーコンのコンソメ煮 ヨーグルトのはちみつソースかけ 味噌汁(さつまいも・人)
朝	2025/09/29 食パン (60g・ジャム) でんぶ入りだし巻き卵 牛乳	2025/09/30 食パン (60g・ジャム) ジャーマンポテト(ウイナー) 牛乳					
昼	ゆかり御飯 お好み焼き(豚) 茎わかめと絹揚げの炒め煮 寒天とフルーツ缶の盛合せ 味噌汁(大根)	ごはん 油淋鶏 切干大根の煮物 黄桃・洋炒缶 味噌汁(玉ねぎ)					
お	薄皮まんじゅう	ムースエクレア					
夕	ごはん か'の味噌煮 もやしと豚肉の炒め物 ブロッコリーと竹輪の和え物 清汁(そうめん)	ごはん 擬製豆腐 ほうれん草と鶏肉の炒め物 マカロニサラダ 味噌汁(あさり)					