

2025年



よ てい こん だて ひょう 9月 予定 献立 表



げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび		どうようび	
1日	518kcal	2日	473kcal	3日	558kcal	4日	463kcal	5日	491kcal	6日	562kcal
白菜と挽肉のあんかけ丼 南瓜とさつま芋のコロコロサラダ 春雨スープ 豚挽肉・白菜・長葱・南瓜・さつま芋・チーズ・胡瓜・春雨 ♡おやつ♡ 豆乳きなこパンケーキ		ごはん 魚の焼き浸し 高野豆腐のカレー麻婆 ピーマンのツナマヨ和え きのこ汁 鮭・高野豆腐・豚挽肉・人参・ピーマン・コーン・ツナ・油揚げ・椎茸・しめじ・えのきだけ ♡おやつ♡ ヨーグルト		ごはん 厚揚げと豚肉のオイスター炒め おかかじゃが バンサンスー 中華コンソメスープ 豚肉・厚揚げ・茄子・ピーマン・人参・じゃがいも・春雨・胡瓜・人参・もやし・しらす・コーン ♡おやつ♡ 黒ごまちゃんすこう		ごはん 魚の西京焼き 筑前煮 切干大根の胡麻ネーズ 豆腐のすまし汁 鮭・鶏肉・里芋・人参・椎茸・蓮根・牛蒡・切干大根・ハム・胡瓜・豆腐 ♡おやつ♡ カルピスフルーツポンチ		食パン きのこのシチュー コールスローサラダ 梨 食パン・鶏肉・じゃが芋・しめじ・玉葱・人参・牛乳・キャベツ・コーン・梨 ♡おやつ♡ きつねおにぎり		みそすき丼 南瓜と豆のサラダ 豚肉・玉葱・牛蒡・白菜・人参・糸蒟蒻・南瓜・大豆・ツナ・胡瓜 ♡おやつ♡ くまさんケーキ	
8日	525kcal	9日	472kcal-重陽の節句-	10日	482kcal	11日	478kcal	12日	461kcal	13日	503kcal
ごはん 豚肉とブロッコリーのカレーソテー 切干大根の煮物 納豆和え 野菜コンソメスープ 豚肉・玉葱・ブロッコリー・切干大根・人参・油揚げ・グリーンピース・納豆・小松菜・白菜・塩昆布 ♡おやつ♡ トマトスコーン		五目ちらし寿司風 さつまいもきんとん 呉汁 豚肉・椎茸・人参・蓮根・油揚げ・ほうれん草・干し海老・胡麻・さつま芋・大豆 ♡おやつ♡ ブルーベリーヨーグルト		ごはん 豆腐といわしの和風バーグ そうめんチャンプル バナナ けんちん汁 鶏・鶏挽肉・豆腐・素麺・人参・玉葱・ピーマン・ツナ・バナナ ♡おやつ♡ 豆乳花		ごはん 鶏のから揚げ 金平ごぼう 海と畑のサラダ 野菜の味噌汁 鶏肉・玉葱・牛蒡・人参・コーン・ツナ・キャベツ・ひじき・胡麻 ♡おやつ♡ さつま芋とりんご煮		ごはん 魚のもみじ焼き しぎなす トマトとじゃこの甘酢和え なめこおろし汁 白身魚・人参・粉チーズ・合挽肉・茄子・ピーマン・胡麻・トマト・しらす・胡瓜・なめこ・大根 ♡おやつ♡ マカロニきなこ		豆乳チキンドリア風 ボパイサラダ 鶏肉・玉葱・コーン・ブロッコリー・豆乳・粉チーズ・ほうれん草・ベーコン・ひじき ♡おやつ♡ カリカリバナナソテー	
15日	敬老の日	16日	539kcal	17日	476kcal	18日	540kcal	19日	500kcal	20日	515kcal
		ミートソースバゲッティ ブロッコリーと牛蒡のサラダ 梨 野菜コンソメスープ パスタ麺・合挽肉・玉葱・椎茸・人参・トマト缶・ブロッコリー・牛蒡・ツナ・梨 ♡おやつ♡ 梅ひじきおにぎり		ごはん 魚の豆腐タルタルソースかけ 肉じゃが トマトの胡麻和え 野菜の味噌汁 白身魚・豆腐・玉葱・粉チーズ・合挽肉・じゃが芋・人参・トマト・胡瓜・えのきだけ・胡麻 ♡おやつ♡ ヨーグルト		ごはん カラフルミートローフ 青菜と厚揚げの煮浸し マカロニサラダ コーンスープ 合挽肉・人参・黄パプリカ・グリーンピース・厚揚げ・小松菜・マカロニ・胡瓜・ハム・コーン・牛乳 ♡おやつ♡ カルピスぶどうゼリー		ごはん 魚のカレームニエル 南瓜のそぼろ煮 わかめサラダ そうめん汁 白身魚・南瓜・鶏挽肉・ツナ・わかめ・キャベツ・もやし・胡麻・素麺 ♡おやつ♡ きなこお麩ラスク		けんちんうどん ブロッコリーのおかか和え うどん麺・鶏肉・厚揚げ・大根・牛蒡・椎茸・人参・風呂こりー・もやし ♡おやつ♡ わかめおにぎり	
22日	539kcal	23日	秋分の日	24日	521kcal	25日	498kcal	26日	564kcal	27日	515kcal
ごはん 金平牛肉炒め 赤しそ粉ふき芋 五目納豆 野菜の味噌汁 牛肉・牛蒡・蓮根・人参・ピーマン・胡麻・じゃが芋・納豆・小松菜・椎茸・しらす ♡おやつ♡ バナナパンケーキ				あんかけ焼きそば キャベツとツナの中華酢和え わかめスープ 中華麺・豚肉・白菜・人参・玉葱・もやし・ピーマン・椎茸・キャベツ・ツナ・胡瓜 ♡おやつ♡ ツナおかかおにぎり		ごはん 魚のクリームソースかけ 蓮根と春雨のチャブチェ スイートポテトサラダ レタススープ 鮭・玉葱・牛乳・合挽肉・春雨・蓮根・にら・胡麻・さつま芋・ハム・コーン・胡瓜・レタス ♡おやつ♡ みかんヨーグルト		ドライカレー ごぼうサラダ りんご ポトフ 合挽肉・玉葱・人参・ピーマン・牛蒡・ツナ・胡瓜・胡麻・りんご ♡おやつ♡ サクサククッキー		ビビンバ風丼 春雨サラダ 合挽肉・もやし・ほうれん草・人参・春雨・胡瓜・人参・ハム ♡おやつ♡ 食パンラスク	
29日	499kcal	30日	479kcal	～9月9日 重陽の節句～ 古来、奇数は縁起が良い陽数とされ、その奇数が連なる日を節句としてお祝いました。その中でも一番大きな数が重なる9月9日を菊を用いて不老長寿や繁栄を願うことから『菊の節句』とも呼ばれています。 							
ごはん 鶏肉と野菜のチーズ炒め 切干大根のナポリタン風 ブロッコリーとひじきのマヨサラダ 豆乳スープ 鶏肉・じゃがいも・玉葱・しめじ・とろけるチーズ・切干大根・ピーマン・ウインナー・ブロッコリー・ひじき・コーン・豆乳 ♡おやつ♡ 小豆の丸ぼうろ		ごはん 魚のきのこあんかけ さつま芋のレモン煮 コロコロサラダ 豚汁 鮭・椎茸・しめじ・えのきだけ・さつま芋・トマト・胡瓜・チーズ・豚肉 ♡おやつ♡ フルーツポンチ									

※毎日チーズが提供されます。
※都合により献立を変更する場合がございます。