

	令和07年09月01日(月)		令和07年09月02日(火)		令和07年09月03日(水)		令和07年09月04日(木)		令和07年09月05日(金)		令和07年09月06日(土)		令和07年09月07日(日)	
朝	食パン スプレッド(アブリコット) ミートボール 大根サラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳		御飯 味噌汁(揚げ・サヤ) 鶏団子の煮物 キャベツの和え物 ヤクルト		御飯 味噌汁(白菜・葉) 和風チャンプル 春菊のマヨ和え ヨーグルト		食パン スプレッド(りんご) クリームポターージュ ブロッコリーのサウザンサラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳		御飯 味噌汁(かぼちゃ・万能) 厚揚げのそぼろ炒め 春菊の和え物 ジョア		御飯 味噌汁(シメジ・青菜) 車麩の煮物 二色野菜のカニカマ和え ヤクルト		食パン スプレッド(ブルーベリー) コーンスープ カリフラワーとしめじのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳	
昼	御飯 味噌汁(里芋・万能) チキンの焼き南蛮 ポークビーンズ キャベツのからし和え		御飯 味噌汁(白菜・シロナ) ホキの揚げ煮 チキンともやしの炒め インゲンの三杯酢		御飯 味噌汁(里芋・豆苗) 鶏肉のネギ塩だれ 牛蒡の土佐煮 フルーツ(白桃缶)		御飯 中華スープ(青菜・エノキ) 肉団子の甘酢あん カリフラワーとしめじのカレーソ 白菜のナムル		御飯 コンソメスープ(シロナ・豚挽肉) 白身魚のトマトソースがけ きのこソテー 小松菜の辛子マヨ和え		豚丼(別皿) 味噌汁(白玉・葉) 白菜の浅漬け フルーツ(白桃缶)		御飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鱈の菜種焼き レンコンの炒め旨煮 人参サラダ	
おやつ	バウムクーヘン		ぼたぼた焼き		そば饅頭		レモンケーキ		ちよぼちよぼクッキー		カスタードケーキ		おはぎ	
夕	カニ風味丼 味噌汁(エノキ・コマツナ) 高野豆腐と冬瓜の煮物 カリフラワーのレモン和え		御飯 オニオンスープ ミートローフ かぶのくずあん フルーツ(黄桃缶)		御飯 コンソメスープ(エノキ・チンゲン菜) メルルーサのムニエル 車麩の煮物 ピーチゼリー		御飯 味噌汁(芋・葉) 魚と野菜の吹き寄せ煮 とろろ 抹茶ババロア		御飯 味噌汁(揚げ・万能) 海老と春雨の炒め物 金平大根 煮豆(うぐいす豆)		御飯 味噌汁(モヤシ・ワカメ) たらの煮付け 小松菜と挽肉の炒め物 フルーツ(りんご缶)		御飯 清汁(素麺・シロナ) 豚肉の味噌炒め ブロッコリーの中華和え 煮豆(白花生)	
栄養価	エネルギー	1474kcal	エネルギー	1440kcal	エネルギー	1492kcal	エネルギー	1426kcal	エネルギー	1463kcal	エネルギー	1543kcal	エネルギー	1501kcal
	蛋白質	59.9g	蛋白質	54.9g	蛋白質	57.3g	蛋白質	57.8g	蛋白質	61.4g	蛋白質	51.3g	蛋白質	61.9g
	脂質	44.9g	脂質	38.6g	脂質	37g	脂質	26.5g	脂質	37.5g	脂質	49.9g	脂質	34g
	食塩相当	8.2g	食塩相当	8.2g	食塩相当	7g	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.6g	食塩相当	7.5g

	令和07年09月08日(月)		令和07年09月09日(火)		令和07年09月10日(水)		令和07年09月11日(木)		令和07年09月12日(金)		令和07年09月13日(土)		令和07年09月14日(日)	
朝	御飯		御飯		食パン		御飯		御飯		食パン		御飯	
	味噌汁(揚げ・葉)		味噌汁(アサリ・万能)		スプレッド(いちご)		味噌汁(豆腐・万葱)		味噌汁(ツレ・万能)		スプレッド(チョコ)		味噌汁(揚げ・葉)	
	かぶと鶏肉の煮物		卵とじ		ほうれん草とあさりのバターソ		卵と野菜のソテー		肉詰めいなり		ミネストローネ		豆腐とカニのあん煮	
	オクラのポン酢和え		いんげんの柑橘和え		牛蒡のサラダ		ほうれん草の胡麻マヨ和え		白菜の青じそサラダ		ブロッコリーとエビのサラダ		かぶの青じそ和え	
昼	ヨーグルト		ヨーグルト		フルーツ(カクテル)		ヤクルト		ジョア		フルーツ(りんご缶)		ヤクルト	
	牛乳										牛乳			
	わかめご飯		御飯		御飯		御飯		盛りそば		御飯		御飯	
	清汁(アサリ・ネギ)		中華スープ(卵・木耳)		清汁(アサリ・春菊)		コンソメスープ(青菜・エノキ)		かき揚げ・いとより天		味噌汁(サツマ芋・万能)		コンソメスープ(白菜・カイワレ)	
おやつ	肉じゃが		麻婆豆腐		豆腐ハンバーグ		デミグラスハンバーグ		レンコンとちくわの炒め煮		鱈のキノコあんかけ		白身魚のマスタード焼き	
	白和え(ひじき)		春巻き		牛ごぼう		じゃがいものたらこマヨ和え		菜の花のわさび和え		えびとインゲン塩炒め		スパニッシュオムレツ	
	ピーチゼリー		青菜の辛子和え		小松菜のわさびマヨネーズ和え		春雨とツナのサラダ				かぼちゃサラダ		菜の花の和え物	
	クリームパン		味噌饅頭		チョコパイ		バームロール		まがりせんべい		チョコレート饅頭		ハッピーターン	
タ	御飯		御飯		御飯		御飯		御飯		御飯		御飯	
	味噌汁(豆腐・葉)		清汁(コーン・サヤ)		味噌汁(モヤシ・葉)		たまごスープ		味噌汁(大根・葉)		味噌汁(揚げ・ワカメ)		清汁(花麩・サヤ)	
	豚肉とピーマンのオイスター炒め		白身魚の甘酢あんかけ		鶏肉の治部煮		チキンのホワイトソースがけ		肉豆腐		ぶりの香味焼き		鶏の味噌マヨ焼き	
	海老焼売		里芋の含め煮		えびとキャベツの炒め		茄子の揚げ煮		春雨サラダ		茄子の炒め煮		畑菜の煮びたし	
栄養価	白菜とチキンのサウザンサラダ		煮豆(白花豆)		煮豆(うぐいす豆)		マスカットゼリー		フルーツ(洋梨)		菜の花のマヨ和え		ブロッコリーとハムのフレンチサラダ	
	エネルギー	1565kcal	エネルギー	1505kcal	エネルギー	1504kcal	エネルギー	1597kcal	エネルギー	1531kcal	エネルギー	1508kcal	エネルギー	1514kcal
	蛋白質	59.5g	蛋白質	64.3g	蛋白質	58.8g	蛋白質	49.4g	蛋白質	52.8g	蛋白質	64.7g	蛋白質	59.5g
	脂質	48.1g	脂質	35.7g	脂質	45.8g	脂質	52.6g	脂質	46.3g	脂質	46.3g	脂質	50.7g
	食塩相当	8.2g	食塩相当	8g	食塩相当	7.2g	食塩相当	7.1g	食塩相当	9.9g	食塩相当	8.1g	食塩相当	7.7g

	令和07年09月15日(月)		令和07年09月16日(火)		令和07年09月17日(水)		令和07年09月18日(木)		令和07年09月19日(金)		令和07年09月20日(土)		令和07年09月21日(日)	
朝	御飯		食パン		御飯		御飯		御飯		食パン		御飯	
	味噌汁(豆腐・青菜)		スプレッド(いちご)		味噌汁(高野・畑菜)		味噌汁(揚げ・ワカメ)		味噌汁(高野豆腐・葱)		スプレッド(いちご)		味噌汁(麩・畑菜)	
	鮭の塩焼き		スクランブルエッグ		鱈の塩焼き		ジャーマンポテト		挽肉と青菜の炒め		ポトフ		鱈の塩焼き	
	春菊の和え物		ブロッコリーとツナのサラダ		春菊のわさび和え		小松菜の醤油和え		ポテトサラダ		ブロッコリーとコーンのサラダ		小松菜の生姜醤油和え	
	ヤクルト		フルーツ(りんご缶)		ヤクルト		ヤクルト		ヨーグルト		フルーツ(洋梨缶)		ヨーグルト	
		牛乳									牛乳			
昼	☆敬老会☆		そばろ井		御飯		御飯		御飯		天津井		ピラフ	
	赤飯		清汁(ネギ・ワカメ)		味噌汁(大根・ワカメ)		オニオンスープ		ワカメスープ		味噌汁(エノキ・コマツナ)		クリームシチュー	
	清汁(花麩・ミツバ)		きざみ昆布の煮物		鶏肉の唐揚げ		シイラのマヨネーズ焼き		豚キムチ炒め		もやしのピリ辛炒め		イタリアンサラダ	
	天ぷら盛り合わせ		かぶサラダ		かぶの煮物		白滝と木耳の炒め		ほうれん草とイカの醤油和え		れんこんとひじきのごまサラダ		フルーツ(洋梨缶)	
	煮物				マスカットゼリー		カラフルサラダ		杏仁豆腐					
	かにしんじょう・厚焼き卵													
	野菜の肉巻き													
	ほうれん草のお浸し													
	フルーツ(カクテル缶)													
おやつ	上用饅頭		ソフトサラダ		ところてん		焼きドーナツ		炭酸饅頭		黒糖饅頭		ルマンド	
夕	御飯		御飯		御飯		御飯		御飯		御飯		ゆかりご飯	
	清汁(素麺・青菜)		中華スープ(卵・ハセリ)		中華スープ(卵・椎茸)		味噌汁(芋・チンゲン菜)		味噌汁(エノキ・春菊)		つみれ汁		味噌汁(南瓜)	
	カレーの胡麻焼き		牛肉の韓国風炒め		豚肉のとろろ甘酢炒め		鶏肉のごま味噌焼き		鯖の味噌煮		厚揚げとえびの旨煮		揚げ豆腐	
	揚げだし豆腐		ナムル		焼売		五目ひじき		さつま揚げと蕪の煮物		ほうれん草の和え物		きんぴられんこん	
	フルーツ(りんご缶)		フルーツ(リンゴ缶)		フルーツ(洋梨缶)		いちごゼリー		ブロッコリーのサラダ		フルーツ(カクテル缶)		フルーツ(白桃缶)	
栄養価	エネルギー	1699kcal	エネルギー	1429kcal	エネルギー	1475kcal	エネルギー	1433kcal	エネルギー	1422kcal	エネルギー	1449kcal	エネルギー	1490kcal
	蛋白質	62g	蛋白質	57.2g	蛋白質	56g	蛋白質	49.1g	蛋白質	62.4g	蛋白質	60.6g	蛋白質	50.6g
	脂質	48.3g	脂質	43.8g	脂質	43.3g	脂質	41.3g	脂質	35.1g	脂質	33.5g	脂質	36.9g
	食塩相当	9.1g	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.8g	食塩相当	7.9g	食塩相当	7.8g	食塩相当	8.2g	食塩相当	7.5g

	令和07年09月22日(月)		令和07年09月23日(火)		令和07年09月24日(水)		令和07年09月25日(木)		令和07年09月26日(金)		令和07年09月27日(土)		令和07年09月28日(日)	
朝	御飯		御飯		食パン		御飯		御飯		御飯		食パン	
	味噌汁(アサリ・カイワレ)		味噌汁(南瓜・万能)		スプレッド(アプロコット)		味噌汁(玉葱・麴)		味噌汁(白菜・青菜)		味噌汁(揚げ・エリンギ)		スプレッド(ブルーベリー)	
	五目煮豆		鶏肉と小松菜の煮びたし		ハムエッグ		がんもと冬瓜の煮物		炒り豆腐		豚挽肉とかぶの煮物		ウインナーとキャベツソテー	
	小松菜のごま和え		納豆		ほうれん草の和え物		卵の花		畑菜とキノコのマヨ和え		里芋の胡麻マヨ和え		マカロニサラダ	
	ヤクルト		ヤクルト		フルーツ(りんご缶)		ヤクルト		ヤクルト		ヨーグルト		フルーツ(パイン缶)	
					牛乳								牛乳	
昼	御飯		御飯		御飯		ポークカレー		☆ご当地メニュー☆		御飯		御飯	
	コンソメスープ(玉ねぎ・パセリ)		中華スープ(万能・ワカメ)		味噌汁(豆腐・葉)		コンソメスープ(人参・青菜)		沖縄そば		味噌汁(麴・葉)		豚汁	
	タンドリーチキン		八宝菜		豚肉ともやしの塩麹炒め		ブロッコリーのレモン和え		中華盛り合わせ		さわらのみぞれがけ		ぶりの山椒焼き	
	ツナポテト		二色焼売		炊き合わせ		フルーツ(リンゴ缶)		フルーツ缶(カクテル)		里芋のごま煮		焼きビーフン	
	大根とハムのサラダ		いんげんとツナのマヨ和え		小松菜の辛子マヨ和え				フルーツ缶(カクテル)		煮豆(うぐいす豆)		フルーツ(りんご缶)	
おやつ	クリームサンド		水まんじゅう		星たべよ		スイスロール		マドレーヌ		カステラ		ロアンヌ	
夕	御飯		御飯		御飯		御飯		御飯		チャーハン		いなり寿司	
	かき卵汁		清汁(ツレ・サヤ)		味噌汁(豆腐・オクラ)		コンソメスープ(白菜・人参)		清汁(ネギ・人参)		中華スープ(ネギ・木耳)		清汁(ツレ・畑菜)	
	和風酢豚		鯖の葱焼き		さわらの塩焼き		鮭のガーリックバター醤油		さわらの味噌焼き		海老と卵のチリソース		山菜の含め煮	
	野菜ギョウザ		チンゲン菜と牛肉の炒め		ごぼうとチキンの和風サラダ		かぶのつや煮		昆布と里芋の煮物		マンゴープリン		ほうれん草のおかか和え	
	キャベツのサウザン和え		パインゼリー		煮豆(うぐいす豆)		春菊のポン酢和え		うぐいす豆					
栄養価	エネルギー	1534kcal	エネルギー	1495kcal	エネルギー	1542kcal	エネルギー	1544kcal	エネルギー	1534kcal	エネルギー	1572kcal	エネルギー	1501kcal
	蛋白質	55.7g	蛋白質	57.3g	蛋白質	65.6g	蛋白質	51.2g	蛋白質	54.1g	蛋白質	62g	蛋白質	56.6g
	脂質	49.3g	脂質	39.7g	脂質	54.6g	脂質	49.5g	脂質	45.9g	脂質	34.3g	脂質	47.8g
	食塩相当	7.4g	食塩相当	7.3g	食塩相当	7.2g	食塩相当	7.5g	食塩相当	7.1g	食塩相当	8.1g	食塩相当	8.3g

	令和07年09月29日(月)		令和07年09月30日(火)									
朝	御飯 味噌汁(白菜・豆苗) いわしの蒲焼 カリフラワーのゆずしょうゆ和え ヤクルト		食パン スプレッド(アブリコット) スナッpentウとベーコンのソテー フレンチサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳									
昼	御飯 清汁(トロ昆布・春菊) フライ盛合わせ さつまいも甘露煮 もやしとほうれん草のサラダ		御飯 コンソメスープ(えのき・万能) 鶏肉のピカタ 小松菜ソテー カリフラワーのフレンチ和え									
おやつ	酒まんじゅう		ケーキ(チョコ)									
夕	御飯 コンソメスープ(ジャガイモ・人参) ロールキャベツ ブロッコリーのベーコンソテー フルーツ(洋梨缶)		御飯 味噌汁(大根・葉) 豚ロースのバター醤油焼き 冬瓜のくず煮 煮豆(白花豆)									
栄養価	エネルギー	1506kcal	エネルギー	1554kcal								
	蛋白質	43.7g	蛋白質	63.3g								
	脂質	35.9g	脂質	49.2g								
	食塩相当	7.4g	食塩相当	7g								