

令和8年9月 献立表

介護老人保健施設しらさぎ苑

			9月1日 (火)	9月2日 (水)	9月3日 (木)	9月4日 (金)	9月5日 (土)
朝食			パン 卵とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳
昼食			赤飯 鶏肉と栗の煮物 吸物 もずく酢 甘酒	御飯 豚肉の生姜醤油炒め 吸物 白和え	御飯 カレイの黄金焼き ベーコンとほうれん草のミルクスープ サラダ ヨーグルト	牛丼 さつま汁 ナムル	御飯 煮魚 生姜スープ オクラとトマトのサラダ
間			どら焼き	ミルージュ	黒棒	シュークリーム	野菜生活
夕食			御飯 赤魚のおろし煮 味噌汁 ゆかり和え	御飯 ホキのなめたけおろしのせ 味噌汁 香味和え	御飯 じゃが芋のパン粉焼き トマトの和風スープ バンサンスー	御飯 太刀魚の煮付け 味噌汁 ゴーヤチャンプルー	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 吸物 焼き茄子
	9月6日 (日)	9月7日 (月)	9月8日 (火)	9月9日 (水)	9月10日 (木)	9月11日 (金)	9月12日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 豚肉と高野豆腐の卵とし 吸物 おかか和え	御飯 鶏の甘酢照り煮 吸物 サラダ	豚肉と里芋のカレー 和風ポテトサラダ フルーツヨーグルト	栗ごはん メバルの梅干煮 茶碗蒸し 煮豆 ★重陽の節句★	フレンチトースト ブラウンシチュー サラダ	ちゃんぽん ゴーヤとツナの塩昆布和え フルーツ杏仁	御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 甘酢生姜和え
間	とと焼き	プリンタルト	赤ぶどうジュース	黒糖饅頭	もみじ饅頭	飲むヨーグルト	スイートポテト
夕食	御飯 赤魚の南部焼き 豆乳味噌汁 かくや和え	御飯 エビチリ春雨 中華スープ 餃子	御飯 ホッケの梅昆布茶焼き 味噌汁 冬瓜の煮物	御飯 梅昆布つくね 吸物 甘夏サラダ	御飯 ホキのねぎポン酢かけ 吸物 トマトと焼き茄子のサラダ	御飯 赤魚のバター醤油焼き 味噌汁 トマトサラダ	御飯 牛肉と茄子のさっぱり炒め 根菜汁 山芋ののり和え
	9月13日 (日)	9月14日 (月)	9月15日 (火)	9月16日 (水)	9月17日 (木)	9月18日 (金)	9月19日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三日大豆 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 味噌汁 浅漬け	御飯 ホキのタルタル焼き 栗のバタージュ ズッキーニのトマト炒め	御飯 牛肉のカラフルボン酢炒め 大根スープ のり和え	御飯 鮭の塩焼き 吸物 ひじきの煮物	御飯 麻婆茄子 蓮根のすり流し汁 おからサラダ	御飯 南瓜コロッケ 豚汁 チキンサラダ	御飯 鮭の石狩風煮 吸物 オクラのとろろ和え
間	バームクーヘン	野菜生活	カエデの実	丸ボーロ	ジョア	バームクーヘン	黒棒
夕食	御飯 煮魚 かきたま味噌汁 もずくのだし和え	御飯 鶏の青じそ炒め 吸物 里芋サラダ	御飯 サバの煮付け 吸物 だし巻き卵	御飯 カットハンバーグ コーンスープ サラダ	御飯 ホキのたらも焼き 味噌汁 鶏ごぼう金平	御飯 鰯の塩麹焼き 豆乳味噌汁 えび団子と白菜の煮物	チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬
	9月20日 (日)	9月21日 (月)	9月22日 (火)	9月23日 (水)	9月24日 (木)	9月25日 (金)	9月26日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 千切り煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 ひじき入り卵焼き	祝膳	御飯 照り焼きハンバーグ たまごのコンソメスープ サラダ	おはぎ あさりの吸物 なめこみぞれ煮奴 漬物 デイ職のみ	舞茸と塩昆布の炊き込み御飯 塩サバ 吸物 冷奴	サンドイッチ さつま芋のクリームシチュー サラダ	御飯 牛肉とキャベツのオイスター炒め スープ おろしなめ茸和え
間	ラブレ	祝饅頭	ストロベリータルト	赤ぶどうジュース	カスタードケーキ	ショコラブッセ	もみじ饅頭
夕食	御飯 鶏肉と麩の親子煮 スープ 酢の物	御飯 焼き豆腐のニラそぼろかけ 吸物 和風ビーフン	御飯 赤魚のごま煮 味噌汁 南瓜のそぼろ煮	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 レタススープ サラダ	御飯 大葉入りつくね焼き 味噌汁 バンサンスー	御飯 友禅蒸し 吸物 深山和え	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 味噌汁 ごま和え
	9月27日 (日)	9月28日 (月)	9月29日 (火)	9月30日 (水)			
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三日大豆 ふりかけ	パン 卵とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬			
昼食	御飯 煮魚 吸物 さつま芋サラダ	御飯 肉豆腐 そうめん汁 ザーサイ和え	キーマカレー のりサラダ バナナみかんヨーグルト 福神漬	御飯 サバの味噌煮 吸物 ほうれん草のゆずおろし和え			
間	ミルミルS	クリームコンフェ	とと焼き	ミルージュ			
夕食	御飯 豚肉のキムチ炒め とろたまスープ 煮豆	御飯 さわらの辛子醤油焼き 味噌汁 酢の物	御飯 赤魚のおろし煮 味噌汁 卵豆腐のあおさあんかけ	御飯 山芋のお好み焼き風 味噌汁 茄子の味噌そぼろ煮			