

2026年
9月

昼食献立表

日付	曜日	献立
1	火	ミニコンソメライス（グリーンピース）・ミートソースパスタ・イタリアンサラダ・フルーツ（りんご缶）・オニオンスープ
2	水	玉ねぎとコーンのご飯・チキンクリーム煮・ザワークラウト風・みそ汁
3	木	カレーピラフ・ブロッコリーのシーザーサラダ・フルーツ（洋なし缶）・コンソメスープ
4	金	豆腐とエビの銀あんかけ・野菜入り炒り玉子・根菜和風サラダ・みそ汁
5	土	メンチカツ・うの花サラダ・ワカメとオクラの酢の物・みそ汁
6	日	いわし山椒煮・ひじき煮・小松菜と人参の辛子和え・みそ汁
7	月	お赤飯・赤魚塩焼き・野菜コロッケ・豆乳がんも煮・フルーツ（オレンジ）・お吸い物
8	火	えびフリッタータルタルがけ・田舎煮・野菜の甘酢和え・みそ汁
9	水	ニシンごま味噌煮・なす生姜風味煮・ほうれん草のだし和え・すまし汁
10	木	チャーハン・盛り合わせ（餃子・えび入りピーファン・マーボーナス・チンゲン菜のナムル）・フルーツ（パイン缶）・わかめスープ
11	金	チキンカツ・焼き餃子・チンゲン菜のナムル・みそ汁
12	土	ハンバーグ・ブロッコリーのくたくた風・かぶの梅和え・コンソメスープ
13	日	豚肉ときくらげの玉子炒め・卵の花炒り煮・ほうれん草の胡麻浸し・みそ汁
14	月	メバル西京焼き・かき揚げ・チンゲン菜のカニカマ和え・すまし汁
15	火	鶏そぼろ丼・ピーマンナムル・杏仁豆腐・わかめスープ

日付	曜日	献立
16	水	白身フライ・クリーミーベーコンポテト・チンゲン菜のピーナッツ和え・みそ汁
17	木	ロールキャベツ〜トマトソース〜・ひじきの彩り煮・さつま芋のサラダ・みそ汁
18	金	チキンカレー・イタリアンサラダ・フルーツ（フルーツカクテル缶）・コンソメスープ
19	土	擬製豆腐・かぶのごま油炒め・野菜マリネ・みそ汁
20	日	北海道チーズコロッケ・高野の含め煮・ブロッコリーのガーリック風味・みそ汁
21	月	お赤飯・サンマ塩焼き・菜の花ピーナッツ和え・ぶどうゼリー・みそ汁
22	火	豆腐ハンバーグ〜中華香味タレ〜・里芋の煮物・なます・みそ汁
23	水	サーモンとさつま芋のバター醤油ごはん・オクラの胡麻和え・フルーツ（洋なし缶）・みそ汁
24	木	豚肉と玉ねぎの味噌仕立て・ピーファンと野菜の炒め煮風・小松菜と人参の辛子和え・すまし汁
25	金	洋風お月見ちらし・ブロッコリーのシーザーサラダ・白桃ゼリー・コンソメスープ
26	土	鱈の衣揚げ・切昆布大豆煮・インゲンの錦糸和え・みそ汁
27	日	サンマの混ぜご飯・ちぐさ玉子焼き・筍の金平・彩り和え・みそ汁
28	月	かに玉甘酢あんかけ・チヂミ・さつま揚げといんげんのピーナッツ和え・中華スープ
29	火	肉味噌丼・かぶの梅和え・フルーツ（みかん缶）・わかめスープ
30	水	ミニゆかりご飯・きのこうどん・菜の花の胡麻よごし・フルーツ（バナナ）

都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。