

2026年09月 月間献立表
(常食 (ケア))

朝

昼

夕

日曜日

朝

昼

夕

月曜日

朝

昼

夕

火曜日

朝

昼

夕

水曜日

朝

昼

夕

木曜日

朝

昼

夕

金曜日

朝

昼

夕

土曜日

朝

昼

夕

1日

米飯
味噌汁(だいこん)
れんこんの土佐煮
イワシの梅煮

めかぶ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

2日

米飯
味噌汁(キャベツ)
こんにゃくの炒り煮
オムレツ

1食金山寺みそ
バック牛乳

朝

昼

夕

3日

米飯
味噌汁(玉葱)
冬瓜と人参の煮物
豆腐しゅうまい

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

4日

米飯
味噌汁(大根葉)
ふきの煮物
ポークステーキ

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

5日

米飯
味噌汁(南瓜)
ひじきの炒め煮
さつまあげ

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

6日

米飯
味噌汁(きざみあげ)
きんぴらごぼう
厚焼き玉子

1食もろみみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

7日

米飯
味噌汁(わかめ)
茄子の炒め煮
豆腐ハンバーグ

1食えびみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

8日

米飯
味噌汁(かぼちゃ)
フルーツ(黄桃缶)
魚の蒸し焼き

春菊のピーナッツ和え

朝

昼

夕

9日

米飯
味噌汁(巻麴)
大根と豚肉の炒め煮
小松菜のじゃこ和え

めかぶ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

10日

米飯
味噌汁(もやし)
ぜんまいの煮物
ウインナー

うめびしお・ふりかけ
バック牛乳

朝

昼

夕

11日

米飯
味噌汁(豆腐)
里芋のピーコン炒め
サラダステーキ

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

12日

米飯
味噌汁(切り干大根)
玉ねぎと人参の佃煮風
南瓜しゅうまい

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

13日

米飯
味噌汁(け)
ぜんまいと白滝の煮物
ぶどう煮豆

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

14日

米飯
味噌汁(じゃがいも)
ピーマンじゃこ炒め
厚巻卵炒れ草

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

15日

米飯
味噌汁(里芋)
白菜と竹輪の煮物
人参しゅうまい

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

16日

米飯
味噌汁(おつゆ麴)
きんぴら人参
スライスルエッグ

1食金山寺みそ
バック牛乳

朝

昼

夕

17日

米飯
味噌汁(まきふ)
れんこんのきんぴら
三色豆

1食うめびしお
バック牛乳

朝

昼

夕

18日

米飯
味噌汁(豆腐)
里芋のピーコン炒め
サラダステーキ

1食もろみみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

19日

米飯
味噌汁(キャベツ)
大根と人参の煮物
チーズオムレツ

めかぶ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

20日

米飯
味噌汁(人参)
玉葱とシメジの佃煮風
豆腐しゅうまい

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

21日

米飯
味噌汁(さつま芋)
野菜炒め
ポークステーキ

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

22日

米飯
味噌汁(大根葉)
小松菜の煮びたし
花五目の卵焼き

1食うめびしお
バック牛乳

朝

昼

夕

23日

米飯
味噌汁(白菜)
白滝の炒り煮
さつまあげ

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

24日

米飯
味噌汁(さといも)
もやしの油炒め
おくら草シュウマイ

1食えびみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

25日

米飯
味噌汁(おつゆ麴)
ふきの煮物
トマトオムレツ

めかぶ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

26日

米飯
味噌汁(まきふ)
切干大根の煮物
イワシの梅煮

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

27日

米飯
味噌汁(玉ねぎ)
きんぴら人参
旬菜焼き

1食金山寺みそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(里芋)
白菜とピーマンの煮物
スライスルエッグ

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(じゃが芋)
茄子の煮物
野菜しゅうまい

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(えのき)
大豆と昆布の煮物
サラダステーキ

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(えのき)
ひじきの煮物
豆腐しゅうまい

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(きざみあげ)
フルーツ(甘夏缶)
魚の梅蒸し

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(白菜)
鶏肉のバジル焼き
おくら草の茸ソテー

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

27日

米飯
味噌汁(玉ねぎ)
きんぴら人参
旬菜焼き

1食金山寺みそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(里芋)
白菜とピーマンの煮物
スライスルエッグ

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(じゃが芋)
茄子の煮物
野菜しゅうまい

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(えのき)
大豆と昆布の煮物
サラダステーキ

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(えのき)
ひじきの煮物
豆腐しゅうまい

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(きざみあげ)
フルーツ(甘夏缶)
魚の梅蒸し

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(白菜)
鶏肉のバジル焼き
おくら草の茸ソテー

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

27日

米飯
味噌汁(玉ねぎ)
きんぴら人参
旬菜焼き

1食金山寺みそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(里芋)
白菜とピーマンの煮物
スライスルエッグ

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(じゃが芋)
茄子の煮物
野菜しゅうまい

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(えのき)
大豆と昆布の煮物
サラダステーキ

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(えのき)
ひじきの煮物
豆腐しゅうまい

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(きざみあげ)
フルーツ(甘夏缶)
魚の梅蒸し

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(白菜)
鶏肉のバジル焼き
おくら草の茸ソテー

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

27日

米飯
味噌汁(玉ねぎ)
きんぴら人参
旬菜焼き

1食金山寺みそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(里芋)
白菜とピーマンの煮物
スライスルエッグ

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(じゃが芋)
茄子の煮物
野菜しゅうまい

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(えのき)
大豆と昆布の煮物
サラダステーキ

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(えのき)
ひじきの煮物
豆腐しゅうまい

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(きざみあげ)
フルーツ(甘夏缶)
魚の梅蒸し

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(白菜)
鶏肉のバジル焼き
おくら草の茸ソテー

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

27日

米飯
味噌汁(玉ねぎ)
きんぴら人参
旬菜焼き

1食金山寺みそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(里芋)
白菜とピーマンの煮物
スライスルエッグ

1食のリ佃煮
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(じゃが芋)
茄子の煮物
野菜しゅうまい

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(えのき)
大豆と昆布の煮物
サラダステーキ

1食ゆずみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

28日

米飯
味噌汁(えのき)
ひじきの煮物
豆腐しゅうまい

1食たいみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

29日

米飯
味噌汁(きざみあげ)
フルーツ(甘夏缶)
魚の梅蒸し

1食かつおみそ
バック牛乳

朝

昼

夕

30日

米飯
味噌汁(白菜)
鶏肉のバジル焼き
おくら草の茸ソテー

1食ゆずみそ
バック牛乳