

2025年9月 特別養護老人ホーム遊づる 献立表

	日 8月31日	月 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 9月6日
朝食	黒糖ロール バターロール ウインナーソーテ 果物（パイン缶） 牛乳	＋勝あんぱん カニサラダ（野菜ドレッシング） 果物（みかん缶） 牛乳	バターロール カスタードロール 干切大根のサラダ 果物（桃缶） ミルクティー	お粥 筑前煮 にしんの煮付け	丸ロール イエローロール マカロニサラダ 果物（キウイ） 牛乳	ミルクパン ショコラロール さつまいもサラダ 果物（パイン缶） りんごジュース	Wドッグパン ごぼうサラダ 果物（みかん缶） カフェオレ
昼食	ごはん 冷しゃぶ 冬瓜の煮物 榎の梅肉和え はんぺんとしめじの吸物	炊き込みごはん 赤魚の煮付け なすの甘辛煮 キャベツおかか和え たまごの味噌汁	ごはん 鶏肉の塩だれ焼き がんもの炊き合わせ ほうれん草の白和え そうめんとかまぼこの吸物	牛肉とごぼうの炊き込みご飯 鯛（たい）の塩焼き きのご炒り豆腐 ごま胡瓜 南瓜ともやしの味噌汁	ごはん 野菜炒め 里芋のそぼろ煮 青梗菜の帆立和え わかめと貝割れの吸物	ごはん 白身魚の照焼 白滝の有馬煮 きゅうりの酢の物 たまごこらの味噌汁	他人丼 蓮根の炒めなます 白菜の浅漬け みぞれ汁
夕食	ごはん 鰯（あじ）の照焼 きんぴらごぼう 青梗菜の辛子和え 白菜と大根の味噌汁 和のパンケーキ いちごのムース	ごはん ミートローフ シーザーサラダ フルーツカクテル コンソメスープ（小松菜・ム）	ごはん カレイの香りづけ ぜんまいの煮物 春雨の酢の物 ごぼうとオクラの味噌汁	ごはん 焼肉 小松菜と竹輪の生姜煮 トマトのおろし和え 絹さやとおつゆふの吸物 信州りんごカステラ ミルクティー チョコレートムース	ごはん 鰯（たら）の南部焼き 白菜とむき海老の中華煮 春菊のお浸し じゃが芋とうす揚げの味噌汁 パンケーキメープル 紅茶 ピーチゼリー	ごはん 厚揚げのみそ炒め 焼き茄子 長芋のわさび醤油かけ 花麩と榎の吸物 水羊羹	ごはん 鯖（さば）の梅焼き じゃこピーマン ささみの生姜酢 なめこと人参の味噌汁 クリームコンフェ 紅茶 プリン
3時							
	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日
朝食	雑炊 じゃが芋の煮物 かまぼこ	黒糖食パン キャベツのスープ煮 果物（桃缶） 牛乳	カスタードクリームパン アスパラのツナ和え 果物（キウイ） りんごジュース	丸ロール 黒糖ロール オムレツ 果物（パイン缶） 牛乳	ライトワッサン ミルクパン なすのトマト煮 果物（みかん缶） 牛乳	お粥 五目豆 にしんの煮付け	カスタードクリームパン ほうれん草のクリーム煮 果物（桃缶） 牛乳
昼食	ごはん 鰯（あじ）の煮付け ごぼうのそぼろ炒め 春菊の磯部和え 白ねぎと筍の吸物	ごはん 牛肉の七味焼き 青梗菜の煮浸し 玉葱と胡瓜の中華和え 豆腐とわかめの味噌汁	ごはん エビフライ（タルタルソース） 白菜のベーコン煮 果物（マンゴー） パンプキンスープ	ごはん 鶏肉のゆうあん焼き ひじきの炒め煮 ほうれん草と揚げの和え物 さつま芋と絹さやの味噌汁	栗ごはん カレイの沢煮 豆腐田楽 オクラとささみの和え物 かき玉汁	ごはん 豚肉と葱の炒め物 冬瓜の煮物 ナムル 巻き麩と榎の味噌汁	ごはん 白身魚のパン粉焼き がんもの炊き合わせ 揚げ茄子といんげんの生姜あん 豆腐と絹さやの吸物
夕食	ごはん 干草焼き（あんかけ） 鶏肉の治部煮 大根サラダ（和風ドレッシング） 里芋と巻き麩の味噌汁 いちごのムース	ごはん 鯖（さわら）の辛み焼き 茄子の炒め物 小松菜のお浸し 生麩と三度豆の吸物 マンゴープリン	ごはん ほうれん草中華風炒め スイートコーンと豆腐あんかけ ブロッコリーとトマトの中華和え 中華スープ（玉ねぎ・しめじ）	ごはん 鮭（さけ）の酒蒸し 高野の炊き合わせ 海藻の酢の物 長芋のとろろ汁 和のパンケーキ 紅茶 りんごゼリー	ごはん 肉じゃが 白菜の信田煮 小松菜の胡麻和え しめじと舞茸の味噌汁 ブチクレープ 紅茶 チョコレートムース	ごはん 鯉（かつお）のたたき 南瓜のそぼろあんかけ 春菊のじゃこ和え かまぼこと貝割れの吸物 ふんわりケーキ 牛乳 ピーチゼリー	ごはん ハンバーグ グリンピースの卵とし もずくの酢の物 白葱とうす揚げの味噌汁 三笠饅頭 ふんわりよもぎ
3時							
	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
朝食	ワッサンデニッシュ さつまいものみかん煮 果物（パイン缶） カフェオレ	お粥 ピーマンの当座煮 しば漬	ミニメロンパン ハニーロール 野菜サラダ（ごまドレッシング） 果物（みかん缶） 牛乳	イエローロール ミルクパン オムレツ 果物（桃缶） 牛乳	黒糖食パン 干切大根のサラダ 果物（パイン缶） ミルクティー	カスタードロール バターロール ウインナーソーテ 果物（キウイ） 牛乳	丸ロール レーズンロール ビーフンサラダ 果物（桃缶） 牛乳
昼食	きつねうどん 里芋の煮っころがし 青梗菜のお浸し 果物（りんご）	巻きすし サラダ巻き 茶碗蒸し 果物（柿） 巻き麩と若芽の吸物	ごはん すき焼き ほうれん草の卵とし 小松菜のからし和え 生麩と落の吸物	ごはん 鶏肉の梅焼き 青梗鶏そぼろ煮 春菊のごま和え 巻き麩とわかめの味噌汁	ごはん 鯛（たい）の塩麴焼き 白菜と豚肉のうま煮 いんげんのごま和え 花麩と白葱の吸物	ホタテと舞茸の炊き込みごはん めばるの香味焼き れんこんきんぴら きゅうりの浅漬け かき玉汁	ごはん 蒸し鶏 里芋のそぼろ煮 トマトのおろし和え にらと椎茸の味噌汁
夕食	ごはん 鯖（さわら）の生姜煮 炒り卵の花 アスパラの梅肉和え 白菜としめじの吸物	ごはん 豚肉と白菜のボン酢炒め ひじきの五目煮 キャベツおかか和え あさりと貝割れの味噌汁	ごはん 鰯（あじ）の煮付け 蒟蒻のみそ炒め 榎の甘酢和え とろろとかまぼこの吸物	ごはん 鰯（ぶり）の生姜焼き じゃが芋の煮物 春雨の酢の物 おつゆ麩と人参の吸物 紅茶ケーキ 紅茶 はちみつレモンゼリー	ごはん 豚ヒレの照り焼き 南瓜のいとし煮 ほうれん草のわさび和え 厚揚げともやしの味噌汁 黒糖まんじゅう 水羊羹	ごはん 鶏肉のきじ焼き 小松菜の煮浸し 長芋の醤油焼き じゃが芋と舞茸の味噌汁 ココアワッフル 紅茶 プリン	ごはん 甘だいのレモン味噌焼き 青梗菜の中華風煮浸し 春菊のお浸し 竹輪と巻き麩の吸物 塩まんじゅう はちみつレモンゼリー
3時	福茶 日向夏ゼリー	紅白饅頭 ふんわりみたらし	ベルギーワッフル 紅茶 マンゴープリン				
	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日
朝食	黒糖食パン アスパラの炒め物 果物（みかん缶） カフェオレ	雑炊 鶏肉の治部煮 べったら漬	イエローロール ショコラロール コールスローサラダ 果物（桃缶） 牛乳	ハニーロール レーズンロール さつまいもサラダ 果物（パイン缶） 牛乳	Wドッグパン ほうれん草のクリーム煮 果物（キウイ） ミルクティー	黒糖ロール バターロール ごぼうサラダ 果物（みかん缶） 牛乳	雑炊 ひじきれんこん 白花豆
昼食	きのこごはん 鯖（さば）の塩焼き なすの甘辛煮 海藻の酢の物 豆腐とオクラの吸物	ごはん 豚の生姜焼き きんぴらごぼう ほうれん草の白和え 榎とうす揚げの味噌汁	さつまいもごはん 鯖（さわら）の南部焼き 冬瓜の煮物 きゅうりの酢の物 かき玉汁	ごはん 鶏肉の照煮 高野豆腐含め煮 揚げ茄子といんげんの生姜あん キャベツとしめじの味噌汁	カレーライス アスパラの炒め物 杏仁フルーツ コンソメスープ（キャベツ・人参）	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ エビシユウマイ ブロッコリーとトマトの中華和え 中華スープ（わかめ・玉葱）	ゆかりごはん 鰯（あじ）の辛み焼 ほうれん草の卵とし オクラとささみの和え物 みぞれ汁
夕食	ごはん 大根と肉団子の煮物 竹輪の磯辺揚げ 胡瓜のなめ茸和え わかめと玉ねぎの味噌汁 チョコレートムース	ごはん 鮭（さけ）のムニエル じゃが芋のカレーいため フルーツヨーグルト コンソープ バナナケーキ 牛乳 紅茶のムース	ごはん 牛肉の炒め煮 白滝の有馬煮 厚揚げおろし和え 小松菜と人参の味噌汁 もみじまんじゅう ふんわりよもぎ	ごはん 白身魚の照焼 ぜんまいの煮物 ブロッコリーごま和え とろろとかまぼこの吸物 発酵バターケーキ 紅茶 りんごゼリー	ごはん 豆腐と豚肉のうま煮 里芋の緑あんかけ 小松菜のお浸し 白菜とごぼうの味噌汁 マロンクリームワッフル 紅茶 いちごのムース	ごはん 鯛（たい）の煮付け 干切大根の煮物 青梗菜の辛子和え 花麩と舞茸の吸物 栗田舎饅頭 ふんわりみたらし	ごはん 鶏肉と根菜の煮しめ 竹輪のきんぴら 榎の梅肉和え 南瓜と玉ねぎの味噌汁 ゆずまんじゅう 水羊羹
3時							
	9月28日	9月29日	9月30日				
朝食	チョコカスタード なすのトマト煮 果物（キウイ） りんごジュース	ミニメロンパン カスタードロール ウインナーソーテ 牛乳	ライトワッサン レーズンロール さつまいものみかん煮 果物（パイン缶） カフェオレ				
昼食	ごはん 煮込みハンバーグ ツナサラダ 杏仁フルーツ パンプキンスープ	ごはん 鰯（ぶり）の柚焼き 青梗菜の中華風煮浸し いんげんのごま和え 白菜と人参の味噌汁	ごはん 豚肉となすの利久煮 五目豆 ほうれん草と揚げの和え物 生麩と貝割れの吸物				
夕食	ごはん 鮭（さけ）の照焼 ごぼうのそぼろ炒め 小松菜の胡麻和え なめことしいたけの味噌汁 利休饅頭 ピーチゼリー	ごはん 回鍋肉 落の土佐煮 長芋となめたけの和え物 わかめと玉ねぎの吸物 おかしなバナナ 紅茶 日向夏ゼリー	ごはん 鯖（さば）の辛み焼 グリンピースの卵とし ささみの生姜酢 ごぼうとオクラの味噌汁 牛乳ケーキ 紅茶 マンゴープリン				
3時							