



2025年9月通常献立表



※事業所によってはおやつを提供があります。
※病状によっては通常と異なる献立場合があります。

	01日(月)	02日(火)	03日(水)	04日(木)	05日(金)	06日(土)	07日(日)
朝	ご飯 がんもと冬瓜の煮物 畑菜のお浸し しそ昆布 みそ汁（玉葱・貝割） 牛乳	ご飯 納豆 ベーコンと野菜の炒め のり佃煮 みそ汁（さつま芋・ねぎ） 牛乳	ご飯 大根とちくわの炒り煮 いんげんのピーナッツ和え ふりかけ（たまご） みそ汁（玉葱・椎茸） 牛乳	ご飯 厚揚げの甘辛煮 白菜の磯和え たいみそ みそ汁 （ほうれん草・おつゆ麴） 牛乳	ご飯 チキンオムレツ 付）小松菜 カリフラワーのサラダ ふりかけ（かつお） みそ汁（キャベツ・大根葉） 牛乳	ご飯 和風ミートボール 付）ピーマン しろなのお浸し うめびしお みそ汁（もやし・うすまき麴） 牛乳	ご飯 野菜炒め 温泉卵 ふりかけ（しそ） みそ汁（冬瓜・大根葉） 牛乳
昼	ご飯 豚肉のゆず醤油炒め なすの煮物 フルーツ（りんご） みそ汁 （キャベツ・うすまき麴）	ご飯 たらこの粕漬け焼き 付）金平ごぼう ほうれん草の和え物 フルーツ缶（みかん） みそ汁（長葱・油揚げ）	ボークカレー ブロッコリーのサラダ ヨーグルトデザート 香の物（福神漬）	ご飯 黄金かれいの煮付け 付）花人参・長葱 もやしとしろなの和え物 フルーツ缶（キウイ） みそ汁（豆腐・かぶ葉）	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め 大根の中華和え フルーツ（オレンジ） 中華スープ（畑菜・かまぼこ）	ご飯 海鮮卵焼き 塩だれあん） かぶと絹あげの煮物 フルーツ缶（りんご） みそ汁（じゃが芋・玉葱）	ご飯 牛肉のしぐれ煮 カリフラワーのゆず風味和え フルーツ缶（キウイ） みそ汁（畑菜・しめじ）
夕	ご飯 さばの照り焼き 付）大根おろし しろなの煮浸し フルーツ缶（黄桃） 香の物（しば漬け）	ご飯 チキン南蛮 タルタルソース） 付）ナポリタン えびとかぶのスープ煮 フルーツ（バナナ） きゅうりの塩昆布和え	ご飯 あじの塩麹焼き 付）オクラ ひじきの煮物 キャベツのゆかり和え フルーツ（パイナップル）	ご飯 麻婆茄子 かに焼売 春雨サラダ フルーツ缶（マンゴー）	ご飯 白身魚の辛子マヨネーズ焼き 付）いんげん 里芋の含め煮 フルーツ缶（黄桃） 香の物（青しその実漬け）	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 付）ブロッコリー れんこんきんぴら フルーツ（メロン） きゅうりとワカメのポン酢和え	ご飯 赤魚の香味焼き 付）茄子 切干大根の炒め煮 小松菜のおかか和え フルーツ（バナナ）
	I初給 - 1659kcal 蛋白質 67.3g 脂質 49.7g 炭水化物 252.5g 食塩相当 7.3g	I初給 - 1627kcal 蛋白質 66.6g 脂質 40.6g 炭水化物 260.1g 食塩相当 7.3g	I初給 - 1623kcal 蛋白質 62.7g 脂質 42.3g 炭水化物 260.3g 食塩相当 7.2g	I初給 - 1648kcal 蛋白質 61.2g 脂質 42.2g 炭水化物 267g 食塩相当 6.9g	I初給 - 1581kcal 蛋白質 62.9g 脂質 43.5g 炭水化物 246.2g 食塩相当 6.9g	I初給 - 1554kcal 蛋白質 63.7g 脂質 35.3g 炭水化物 256.9g 食塩相当 7.1g	I初給 - 1557kcal 蛋白質 67.5g 脂質 40.5g 炭水化物 247.3g 食塩相当 6.9g



	08日(月)	09日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)
朝	ご飯 ふんわり寄せの煮物 長芋とろろ 金山寺みそ みそ汁（しろな・玉葱） 牛乳	ご飯 じゃが芋のそぼろ炒め ブロッコリーのごま和え ふりかけ（かつお） みそ汁（大根・ワカメ） 牛乳	ご飯 炒り豆腐 二色浸し うめびしお みそ汁（かぶ・かぶ葉） 牛乳	ご飯 だし巻卵 付）うぐいす豆 オクラの和え物 ふりかけ（さけ） みそ汁（畑菜・おつゆ麴） 牛乳	ご飯 さつま揚げとかぶの煮物 小松菜とチキンの和え物 のり佃煮 みそ汁（白菜・かぶ葉） 牛乳	ご飯 がんと大根の煮物 キャベツの磯和え ふりかけ（たらこ） みそ汁（さつま芋・大根葉） 牛乳	ご飯 和風ミートボール 付）いんげん 畑菜のお浸し 金山寺みそ みそ汁（玉葱・油揚げ） 牛乳
昼	ご飯 鶏肉の漬け焼き 付）人参きんぴら ほうれん草の錦糸和え フルーツ（オレンジ） みそ汁（さつま芋・貝割）	親子丼 畑菜とかまぼこの和え物 フルーツ缶（白桃） みそ汁（豆腐・大根葉）	ご飯 豚肉の生姜焼き 付）キャベツ・トマト さつま芋と昆布の煮物 フルーツ缶（キウイ） みそ汁（チンゲン菜・油揚げ）	ご飯 豚肉のケチャップ炒め 付）スナックエンドウ しろなとほたてのお浸し フルーツ（バナナ） みそ汁（もやし・貝割）	ご飯 ますの和風ムニエル 付）ピーマン なすの揚げ浸し フルーツ（りんご） みそ汁（冬瓜・ワカメ）	肉うどん 具） 卵の花 たまごとブロッコリーのサラダ フルーツ缶（ミックス）	ご飯 ゆで豚のごまだれかけ 付）もやし・赤ピーマン 白菜の煮浸し フルーツ缶（黄桃） みそ汁（かぶ葉・おつゆ麴）
夕	ご飯 とんかつ ソース） 付）キャベツ ちくわとかぶの煮物 フルーツ缶（マンゴー） 浅漬け（白菜）	ご飯 さばの味噌煮 付）オクラ・花人参 なすの炒め物 フルーツ（パイナップル） 香の物（しば漬け）	ご飯 ほっけの塩麴焼き 付）小松菜 冬瓜のくずあんかけ フルーツ缶（ミックス） もずくときゅうりの酢の物	ご飯 鶏肉の照り焼き 付）ブロッコリー 厚揚げと大根の炒め煮 フルーツ缶（みかん） 香の物（青しその実漬け）	ご飯 ハンバーグ きのこソース） 付）いんげん・人参グラッセ じゃが芋のカレー炒め フルーツ缶（マンゴー） ピクルス	ご飯 メバルの煮付け 付）オクラ・花麴 しろなとちくわの炒め フルーツ（オレンジ） うずら豆	ご飯 かにかま入り卵焼き 和風あん） ひじきとれんこんの炒り煮 フルーツ（パイナップル） 高菜漬け
	I補給 -	I補給 -	I補給 -	I補給 -	I補給 -	I補給 -	I補給 -
	1614kcal	1647kcal	1607kcal	1584kcal	1640kcal	1608kcal	1614kcal
	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質
	54.9g	65.1g	64.7g	66.4g	60.4g	65.5g	66.4g
	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質
	37.5g	44.6g	35.2g	37.8g	41.1g	41.9g	41g
	炭水化物	炭水化物	炭水化物	炭水化物	炭水化物	炭水化物	炭水化物
	274.8g	261.2g	269.1g	255.3g	269.8g	253.5g	254.9g
	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当
	7.2g	7.5g	6.8g	6.6g	7.3g	7.6g	6.8g



	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)
朝	ご飯 ウインナーソーテ ほうれん草のおかか和え ふりかけ（しそ） みそ汁（豆腐・ワカメ） 牛乳	ご飯 納豆 切干大根の炒め煮 うめびしお みそ汁（しろな・うすまき麴） 牛乳	ご飯 厚揚げの含め煮 小松菜の錦糸和え しそ昆布 みそ汁（玉葱・貝割） 牛乳	ご飯 炒り豆腐 ほうれん草とかまぼこのお浸し ふりかけ（かつお） みそ汁（もやし・ねぎ） 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ たいみそ みそ汁（大根・かぶ葉） 牛乳	ご飯 がんもの含め煮 白菜のゆかり和え ふりかけ（さけ） みそ汁（玉葱・椎茸） 牛乳	ご飯 だし巻卵 付）大根おろし 畑菜のお浸し のり佃煮 みそ汁（豆腐・貝割） 牛乳
昼	赤飯 銀だら照り焼き 付）オクラ 柚子なます フルーツ（梨） 茶碗蒸し	ご飯 赤魚のバター醤油焼き 付）いんげん 白菜の塩昆布和え フルーツ缶（みかん） みそ汁（さつま芋・ねぎ）	ご飯 チキンのカレーグリル 付）ブロッコリー・トマト かぶのコンソメ煮 フルーツ缶（マンゴー） コーンポタージュスープ	ご飯 牛肉の生姜煮 付）オクラ・花人参 れんこんの甘辛炒め フルーツ（オレンジ） みそ汁（しろな・油揚げ）	ご飯 フライニ種盛り（魚・ホタテ） ソース） 付）キャベツ いんげんのごま和え フルーツ缶（黄桃） みそ汁（おつゆ麴・ワカメ）	ご飯 鶏肉のトマトソース トマトソース） 付）スナップエンドウ ジャーマンポテト フルーツ（オレンジ） コンソメスープ（小松菜・人参）	ご飯 豚肉の甘辛炒め 付）ブロッコリー マカロニサラダ フルーツ缶（ミックス） みそ汁（キャベツ・ワカメ）
タ	ご飯 鶏肉のねぎ塩焼き 付）スナップエンドウ かぼちゃの煮物 フルーツ缶（白桃） きゅうりの生姜醤油和え	ご飯 ブルコギ 焼き餃子 チンゲン菜の中華和え フルーツ（バナナ）	ご飯 あじの南部焼き 付）畑菜 なすの肉味噌かけ フルーツ（パイナップル） 香の物（桜だいこん）	ご飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 付）スナップエンドウ バジルパスタ フルーツ缶（りんご） 浅漬け（白菜）	ご飯 豚肉としめじのオリーブオイル炒め 冬瓜のえびあんかけ フルーツ（キウイ） 香の物（つぼ漬け）	ご飯 さばの山椒焼き 付）甘酢生姜 金平ごぼう もやしと青菜の和え物 フルーツ缶（マンゴー）	ご飯 ますのねぎ醤油焼き 付）うすら豆 かぶの信田煮 フルーツ（パイナップル） 香の物（青しその実漬け）
	I補給 - 1593kcal 蛋白質 61.9g 脂質 43.9g 炭水化物 246.7g 食塩相当 7.8g	I補給 - 1603kcal 蛋白質 68.7g 脂質 41.4g 炭水化物 253.5g 食塩相当 6.5g	I補給 - 1588kcal 蛋白質 68.7g 脂質 38.1g 炭水化物 251g 食塩相当 7.3g	I補給 - 1585kcal 蛋白質 65.3g 脂質 40.8g 炭水化物 251.2g 食塩相当 6.6g	I補給 - 1621kcal 蛋白質 60.6g 脂質 43.6g 炭水化物 259.7g 食塩相当 6.7g	I補給 - 1575kcal 蛋白質 62.8g 脂質 41.7g 炭水化物 252.2g 食塩相当 7.3g	I補給 - 1663kcal 蛋白質 72.6g 脂質 44.8g 炭水化物 255.2g 食塩相当 6.8g



	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
朝	ご飯 ちくわの煮物 ほうれん草の錦糸和え ふりかけ（かつお） みそ汁（玉葱・うずまき麴） 牛乳	ご飯 オムレツ 付）ブロッコリー オクラのなめだけ和え うめびしお みそ汁（キャベツ・油揚げ） 牛乳	ご飯 にしんの梅煮 小松菜とかまぼこの和え物 ふりかけ（たまご） みそ汁（大根・大根葉） 牛乳	ご飯 じゃが芋とツナの炒め物 冷奴 金山寺みそ みそ汁（白菜・ワカメ） 牛乳	ご飯 納豆 大根の甘辛炒め しそ昆布 みそ汁（もやし・貝割） 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 キャベツの塩昆布和え ふりかけ（たらこ） みそ汁（小松菜・椎茸） 牛乳 	ご飯 厚焼き卵 付）大根おろし オクラの香味和え たいみそ みそ汁（しろな・玉葱） 牛乳
昼	ご飯 赤魚の焼き浸し 付）れんこん・花人参 なすの炒め物 フルーツ缶（キウイ） みそ汁（白菜・しめじ）	ご飯 鶏肉の香味焼き 付）スナップエンドウ ピーマン炒め フルーツ缶（黄桃） みそ汁（もやし・かぶ葉）	ご飯 まぐろハンバーグ テリヤキソース） 付）いんげん・トマト ひじきの煮物 フルーツ（オレンジ） みそ汁（畑菜・おつゆ麴）	バターチキンカレー コールスローサラダ フルーチェ（いちご） 香の物（福神漬）	ご飯 黄金かれいの生姜煮 付）オクラ・花麴 ほうれん草のおかか和え フルーツ（オレンジ） みそ汁（玉葱・かぶ葉）	◆松花堂弁当◆ ゆかりご飯 鶏肉の唐揚げ 付）スナップエンドウ・トマト チゲン菜と魚肉ソーセージの炒め物 フルーツ（りんご） みそ汁（冬瓜・ワカメ） 	海鮮ちゃんぽん 焼売 ブロッコリーの中華和え ゼリー
タ	ご飯 ミートローフ デミソース） 付）いんげん ポトフ フルーツ缶（みかん） ビクルス	ご飯 白身魚のタルタルソース焼き 付）ピーマン 里芋の味噌煮 フルーツ（りんご） 香の物（桜だいこん）	ご飯 豚肉の玉葱ソース炒め なすの揚げ浸し フルーツ缶（マンゴー） きゅうりの酢の物	ご飯 ほっけの漬け焼き 付）人参きんぴら しろなの煮浸し カリフラワーの和風サラダ フルーツ（パイナップル）	ご飯 豚肉入りにら玉 里芋の含め煮 フルーツ（キウイ） 香の物（しば漬け）	ご飯 あじのねぎ塩焼き 付）いんげん かぼちゃの煮物 畑菜の辛子和え フルーツ缶（白桃） 	ご飯 鶏肉と茄子の味噌炒め かぶのくず煮 フルーツ（パイナップル） 人参サラダ
	I補給 - 1664kcal 蛋白質 59.9g 脂質 44.9g 炭水化物 267.6g 食塩相当 7.1g	I補給 - 1553kcal 蛋白質 60g 脂質 37.8g 炭水化物 256.7g 食塩相当 6.8g	I補給 - 1616kcal 蛋白質 61.5g 脂質 44g 炭水化物 252.9g 食塩相当 6.8g	I補給 - 1591kcal 蛋白質 62.8g 脂質 41.6g 炭水化物 253.9g 食塩相当 7.2g	I補給 - 1509kcal 蛋白質 68.7g 脂質 33.1g 炭水化物 246g 食塩相当 6.7g	I補給 - 1543kcal 蛋白質 63.5g 脂質 30.8g 炭水化物 269.2g 食塩相当 7.3g	I補給 - 1603kcal 蛋白質 64.8g 脂質 38.2g 炭水化物 260.8g 食塩相当 8.5g



	29日(月)	30日(火)
朝	ご飯 和風ミートボール 付) アスパラ チンゲン菜の磯和え ふりかけ (かつお) みそ汁 (もやし・油揚げ) 牛乳	ご飯 厚揚げの含め煮 ほうれん草とほたての和え物 のり佃煮 みそ汁 (白菜・ねぎ) 牛乳
昼	ご飯 鶏肉のバター醤油ソース バター醤油ソース) 付) いんげん・人参 キャベツと沢庵の和え物 フルーツ (バナナ) みそ汁 (豆腐・貝割)	ご飯 鶏肉の七味焼き 付) ピーマン じゃが芋の甘辛炒め フルーツ (オレンジ) みそ汁 (玉葱・小松菜)
タ	ご飯 ますの生姜醤油焼き 付) 畑菜 さつま芋甘煮 フルーツ缶 (ミックス) きゅうりとわかめの酢和え	ご飯 フライ二種盛り (メチ・加) ソース) 付) ブロッコリー 豚肉と大根のオイスター煮 フルーツ缶 (りんご) 香の物 (赤しその実漬)
	1601kcal	1641kcal
たんぱく質	67.7g	60.9g
脂質	33.6g	41.8g
炭水化物	269.3g	264.4g
食塩相当	6g	7.6g

