



2026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の場合があります。

	01日(火)	02日(水)	03日(木)	04日(金)	05日(土)	06日(日)	07日(月)
朝	ご飯 がんもとかぶの含め煮 ふりかけ(たまご) みそ汁(ほうれん草・玉葱) 乳飲料	ご飯 りんナー- 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・わか) 乳飲料	ご飯 ちくわと大根の炒り煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・椎茸) 乳飲料	ご飯 厚揚げと白菜の煮物 しそ昆布 みそ汁(冬瓜・ねぎ) 乳飲料	ご飯 おムツ 付)ブロッコリー- ふりかけ(かつお) みそ汁(里芋・大根葉) 乳飲料	ご飯 和風ミートボール 付)畑菜 金山寺みそ みそ汁(もやし・ねぎ) 乳飲料	ご飯 スクランブルエッグ ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・大根葉) 乳飲料
昼	ご飯 豚肉のゆず醤油炒め なすの煮物 フルーツ缶(りんご) みそ汁(キャベツ・油揚げ)	ご飯 ほっけのねぎ味噌焼き 付)小松菜 高野豆腐の含め煮 フルーツ缶(みかん) お吸物(白菜・うずまき麴)	ポークカレー 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 鶏肉の生姜煮 付)花人参・長葱 畑菜ともやしの和え物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(さつま芋・かぶ葉)	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め 大根サラダ フルーツ(バナナ) 中華スープ(豆腐・チゲ野菜)	ご飯 海鮮卵焼き 塩だれあん 肉じゃが フルーツ缶(ミックス) みそ汁(しろな・おつゆ麴)	ご飯 豚肉のしぐれ煮 カリフラワーのゆず風味和え フルーツ缶(キウイ) みそ汁(白菜・油揚げ)
夕	ご飯 さばの塩麹焼き 付)大根おろし しろなの煮浸し カリフラワーの香味和え	ご飯 鶏肉の梅肉焼き 付)いんげん 冬瓜のくず煮 わかめサラダ	ご飯 あじの漬け焼き 付)わか ひじきの煮物 ほうれん草のピラッパ和え	ご飯 麻婆茄子 かに焼売 春雨サラダ	ご飯 しいらのみそマヨネーズ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 キャベツの磯和え	ご飯 鶏肉の照り焼き 付)ピーマン れんこんの甘辛炒め ほうれん草の辛子和え	ご飯 さわらのねぎ醤油焼き 付)茄子 里芋とちくわの含め煮 小松菜のおかか和え
	1人分 - 1660kcal	1人分 - 1545kcal	1人分 - 1587kcal	1人分 - 1589kcal	1人分 - 1604kcal	1人分 - 1616kcal	1人分 - 1642kcal
	蛋白質 68.5g	蛋白質 64g	蛋白質 65.6g	蛋白質 58.4g	蛋白質 68.9g	蛋白質 71.3g	蛋白質 68.1g
	脂質 53.1g	脂質 36.4g	脂質 37.7g	脂質 37.1g	脂質 40.3g	脂質 34g	脂質 45.1g
	炭水化物 242.8g	炭水化物 248.7g	炭水化物 257.3g	炭水化物 263.7g	炭水化物 253.5g	炭水化物 265.7g	炭水化物 253.2g
	食塩相当 7.2g	食塩相当 7.1g	食塩相当 7.4g	食塩相当 7g	食塩相当 6.7g	食塩相当 7.7g	食塩相当 7.4g



	08日(火)	09日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)
朝	ご飯 肉詰めいなるの煮物 うめびしお みそ汁(さつま芋・ねぎ) 乳飲料	ご飯 じゃが芋とツの炒め物 ふりかけ(しそ) みそ汁(大根・うすまき麴) 乳飲料	ご飯 豆腐のそぼろ煮 たいみそ みそ汁(かぶ・かぶ葉) 乳飲料	ご飯 だし巻卵 付)小松菜 ふりかけ(かつお) みそ汁(もやし・大根葉) 乳飲料	ご飯 さつま揚げの炒め煮 しそ昆布 みそ汁(豆腐・ねぎ) 乳飲料	ご飯 がんもとかぶの含め煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・大根葉) 乳飲料	ご飯 ちくわと里芋の煮物 のり佃煮 みそ汁(しろな・油揚げ) 乳飲料
昼	麦ご飯 あじの山椒焼き 付)人参きんぴら ほうれん草の錦糸和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(玉葱・かぶ葉)	親子丼 チゲソ菜のお浸し ゼリー みそ汁(豆腐・わか) みそ汁(しろな・油揚げ)	ご飯 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ・トマト 冬瓜の土佐煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(しろな・油揚げ)	ご飯 白身魚の甘酢あんかけ チゲソ菜とえびの炒め物 フルーツ(バナナ) みそ汁(じゃが芋・わか)	ご飯 豚肉と野菜の炒め物 なすの揚げ浸し フルーツ(パイナップル) みそ汁(白菜・うすまき麴)	肉うどん (具) じゃが芋のたらこ炒め たまごとブロッコリーのサラダ フルーツ缶(りんご)	ご飯 かにかま入り卵焼き 和風あん 炒り鶏 フルーツ缶(みかん) 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 かぶのきのこあんかけ いんげんのごま和え	ご飯 さばの味噌煮 付)わか・花人参 いんげんの炒め物 ブロッコリー・サラダ	ご飯 ほっけの塩麴焼き 付)いんげん さつま芋と昆布の煮物 白菜のお浸し	ご飯 鶏肉のトマトソース 付)ブロッコリー 厚揚げと大根の煮物 ほうれん草とわかめの和え物	ご飯 ハツパ・グ きのこソース 付)いんげん・人参・ラッテ パプリカ・サラダ カリフラワー・サラダ	ご飯 かれいの煮付け 付)わか・花麴 卵の花 キャベツのドレッシング和え	ご飯 ゆで豚のごまだれかけ 付)もやし・赤ピーマン ひじきとれんこんの炒め煮 二色浸し
	1624kcal	1581kcal	1589kcal	1572kcal	1750kcal	1639kcal	1593kcal
たんぱく質	62.7g	69.3g	68.1g	69.8g	61.9g	73.1g	69.7g
脂質	33.5g	34.2g	32.6g	39.4g	51.4g	39.2g	37.4g
炭水化物	278.6g	262.5g	266.5g	244.8g	269.2g	255.5g	255.6g
食塩相当	7g	7.4g	6.5g	7.1g	7.6g	8.2g	7.4g



	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)
朝	ご飯 ウインナー ふりかけ(しそ) みそ汁(じゃが芋・ねぎ) 乳飲料	ご飯 チキンカツ 付)ピザ 金山寺みそ みそ汁(冬瓜・うすまき麴) 乳飲料	ご飯 厚揚げと青菜の煮物 うめびしお みそ汁(玉葱・大根葉) 乳飲料	ご飯 和風スクランブルエッグ ふりかけ(かつお) みそ汁(大根・油揚げ) 乳飲料	ご飯 炒り豆腐 たいみそ みそ汁(もやし・ねぎ) 乳飲料	ご飯 さつま揚げの炒め煮 のり佃煮 みそ汁(キャベツ・うすまき麴) 乳飲料	ご飯 チキン菜とパスタの炒め物 ふりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・ねぎ) 乳飲料
昼	ご飯 チキン南蛮 外付け 付)抹茶 キャベツのサラダ フルーツ缶(ミックス) コンスルブ(小松菜・えのき)	ご飯 赤魚のバター醤油焼き 付)いんげん 青菜のお浸し フルーツ(パイン) みそ汁(白菜・ねぎ)	ご飯 チキンのカレー 付)ブロッコリー・トマト かぶのコンソメ煮 フルーツ(バナナ) コンソメ・チーズ	ご飯 フライ二種盛り(魚・卵) ライス 付)キャベツ いんげんのごまドレッシング 和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(チキン菜・おつゆ麴)	麦ご飯 メバルの生姜煮 付)しろな・花人参 れんこんの甘辛炒め フルーツ缶(キウイ) みそ汁(かぶ・かぶ葉)	ご飯 鶏肉のトマトソース トマトソース 付)ブロッコリー ジャーマン・チキン フルーツ缶(ミックス) コンスルブ(小松菜・人参)	赤飯 銀だら照り焼き 付)カラ 柚子なます フルーツ(梨) 茶碗蒸し
夕	ご飯 さわらの七味焼き 付)人参きんぴら かぼちゃの煮物 ほうれん草とかまぼこの和え物	ご飯 フルール 焼き餃子 春雨サラダ	ご飯 あじの南部焼き 付)小松菜 なすの肉味噌かけ カラの和え物	ご飯 豚肉の塩炒め 冬瓜とえびのくす煮 ほうれん草の磯和え	ご飯 鶏肉のマスタード焼き 付)ピザ 里芋の煮っころがし 白菜サラダ	ご飯 豚肉の山椒焼き 付)畑菜 金平ごぼう 胡麻だれ冷奴	ご飯 豚肉の玉葱ソース炒め 冬瓜の信田煮 ほうれん草のおかか和え
	1645kcal	1575kcal	1543kcal	1624kcal	1619kcal	1659kcal	1656kcal
たんぱく質	63.7g	67.2g	69.1g	61.4g	67.6g	66.3g	65.3g
脂質	43.2g	39.6g	33g	44.7g	36.2g	40.5g	50.6g
炭水化物	261.9g	247.2g	249.2g	255.5g	264.2g	268.7g	242.8g
食塩相当	7.4g	6.7g	7.3g	7.5g	6.2g	6.9g	8g

	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)
朝	ご飯 ちくわとかぶの含め煮 ふりかけ(しそ) みそ汁(玉葱・カキ) 乳飲料	ご飯 お揚げの卵とし しそ昆布 みそ汁(冬瓜・小松菜) 乳飲料	ご飯 がんと大根の煮物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(じゃが芋・ねぎ) 乳飲料	ご飯 にしんの梅煮 付)小松菜 金山寺みそ みそ汁(冬瓜・カキ) 乳飲料	ご飯 肉詰めいなりの煮物 うめびしお みそ汁(玉葱・うずまき麴) 乳飲料	ご飯 野菜つみれと大根の煮物 ふりかけ(たまご) みそ汁(小松菜・椎茸) 乳飲料	ご飯 厚焼き卵 付)しろな たいみそ みそ汁(さつま芋・かぶ葉) 乳飲料
昼	ご飯 赤魚のおろしソースかけ 付)スナップエンドウ なすの炒め物 フルーツ缶(みかん) みそ汁(しろな・おつゆ麴)	チーズカレー キャベツとハムのサラダ フルーツヨーグルト 香の物(福神漬)	ご飯 まぐろハバーグ チキンソテー 付)いんげん・トマト ひじきの煮物 フルーツ(パイナップル) みそ汁(ほうれん草・えのき)	◆松花堂弁当◆ さつまいもご飯 ますの幽庵焼き 付)カキ・花人参 かぶとえびの含め煮 フルーツ缶(キウイ) みそ汁(もやし・油揚げ)	ご飯 あじのねぎ塩焼き 付)人参きんぴら ほうれん草のごま和え フルーツ缶(りんご) みそ汁(白菜・大根葉)	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め カブ・菜のお浸し フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(長葱・カキ)	海鮮ちゃんぽん 焼売 ブロッコリーのサラダ ゼリー
夕	ご飯 ミートローフ ソース 付)いんげん ポトフ カブサラダ	ご飯 鶏肉の外焼 付)ピザ 里芋の味噌煮 カブのなめだけ和え	ご飯 豚肉のカリカリ炒め なすの揚げ浸し 白菜とカブの和え物	ご飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース 付)ブロッコリー ピザ炒め 浅漬(きゅうり)	ご飯 豚肉入りにら玉 里芋の含め煮 キャベツの塩昆布和え	ご飯 黄金かれいの生姜煮 付)いんげん・花麴 さつま揚げと根菜の炒め物 ポテトサラダ	ご飯 鶏肉と茄子の味噌炒め 冬瓜のくず煮 畑菜の香味和え
	1634kcal	1610kcal	1578kcal	1549kcal	1577kcal	1542kcal	1608kcal
たんぱく質	61.7g	62.3g	61.9g	70.7g	67g	66.5g	69.6g
脂質	43.1g	41.6g	39.2g	30.6g	37.5g	32.2g	36.3g
炭水化物	259.5g	254.5g	255.1g	256.3g	256g	256.1g	260.1g
食塩相当	7.2g	6.8g	7.6g	8.1g	7.3g	7.1g	8.6g



	29日(火)	30日(水)
朝	ご飯 ミートボール 付)スナップエンドウ ふりかけ(かつお) みそ汁(豆腐・ねぎ) 乳飲料	ご飯 ちくわとかぶの含め煮 のり佃煮 みそ汁(ほうれん草・長葱) 乳飲料
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 キャベツのサラダ フルーツ(パイナップル) みそ汁(もやし・油揚げ)	ご飯 しいらのあんかけ 付)ピザ パスタ フルーツ缶(みかん) コンソメスープ(冬瓜・わかめ)
夕	ご飯 ほっけの塩焼き 付)小松菜 かぼちゃの煮物 おろしソース和え	ご飯 フライ二種盛り(メチ・カツ) ソース 付)ポテト 豚肉と大根のオムレツ煮 白菜のゆかり和え
	1人分 - 1541kcal	1人分 - 1614kcal
	蛋白質 66.8g	蛋白質 64.1g
	脂質 35.5g	脂質 36.7g
	炭水化物 248.1g	炭水化物 266.2g
	食塩相当 6.2g	食塩相当 7.9g

