



予定献立一覧表



弦巻の家

令和 8年 9月1日 ~ 令和 8年 9月 6日

		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(日)
朝		御飯 シラスと野菜の炒め物 キュウリのドレッシングかけ 味噌汁(麩・玉ねぎ) 牛乳	御飯 サツマアゲと野菜の炒め物 ピーナッツ和え(白菜) コーンポタージュ 牛乳	御飯 冬瓜と竹輪の煮物 豆サラダ 味噌汁(ほうれん草・かぶ) ジョア	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ミートオムレツ サツマ芋サラダ コーンポタージュ 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 春菊のシラス和え 味噌汁(冬瓜・しいたけ) 牛乳	御飯 ハンパンの煮物 小松菜とかにかマのサラダ 味噌汁(トロロ昆布・油揚げ) 牛乳
昼		【朝ドラふるさとごはん】 焼鳥丼 ミミザ仕立て じゃが芋とひじきの煮物 ほうとう風汁 赤ぶどうゼリー	御飯 メンチカツ マカロニソテー 人参サラダ コンソメスープ フルーツ・ミカン缶	御飯 鶏肉の生姜焼 さつま芋のレモン煮 モヤシとワカメの酢味噌和え すまし汁(そうめん・大根) フルーツ・黄桃缶	御飯 鮭のタルタルソース焼 野菜のカレー風味煮 カリフラワーとコーンのサラダ コンソメスープ フルーツ・パイ缶	御飯 ミートボールのコンソメ煮 ブロッコリーのチーズ焼 オクラのドレッシング和え ポタージュ フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 めばるの山椒煮 南瓜とハムのソテー 大根のサラダ 味噌汁(麩・春菊) メロンゼリー
夕		御飯 海老団子と野菜の炒め煮 南瓜とベーコンのソテー モヤシの胡麻和え すまし汁(はんぺん・ネギ)	御飯 魚(シルバー)の煮付け 里芋のそぼろあんかけ 茄子のドレッシングかけ 味噌汁(畑菜・油揚げ)	御飯 カニ玉 シューマイ 春雨中華サラダ 中華スープ	御飯 豚肉と生揚げの炒め物 じゃが芋の煮物 大根の和風和え 味噌汁(麩・水菜)	御飯 魚の塩焼(サバ) かぶの味噌煮 ごぼうサラダ すまし汁(豆腐・ネギ)	御飯 鶏とセロリの中華炒め 青梗菜の中華旨煮 カリフラワーのドレッシングかけ 中華スープ
1 日 合 計		kcal 1552.6 kcal 水分 741.3 g 蛋白質 57.2 g 脂質 42.9 g 食塩相当 7.8 g	kcal 1547.4 kcal 水分 753.1 g 蛋白質 56.1 g 脂質 43.0 g 食塩相当 7.7 g	kcal 1517.4 kcal 水分 667.4 g 蛋白質 63.1 g 脂質 30.8 g 食塩相当 7.7 g	kcal 1543.2 kcal 水分 771.9 g 蛋白質 63.5 g 脂質 48.6 g 食塩相当 7.7 g	kcal 1545.3 kcal 水分 757.2 g 蛋白質 54.1 g 脂質 45.2 g 食塩相当 7.8 g	kcal 1402.0 kcal 水分 767.0 g 蛋白質 52.8 g 脂質 39.8 g 食塩相当 8.0 g
備 考							



令和 8年 9月 7日 ~ 令和 8年 9月13日

[illegible]

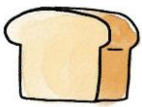


令和 8年 9月14日 ~ 令和 8年 9月20日

[illegible]



弦巻の家

	9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)	9月27日(日)
朝	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズ入りスクランブル 白菜とハムのコールスローサラダ コンソメスープ 牛乳 	御飯 南瓜と豚肉の炒め煮 ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁(なめこ・かぶ) 牛乳	御飯 厚焼卵 茄子のドレッシングかけ 味噌汁(じゃが芋・ワカメ) 牛乳	御飯 薩摩揚げの炒り煮 オクラのお浸し 味噌汁(かぼちゃ・しいたけ) ジョア 	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ホイルウインナー もやしのゆずサラダ かぼちゃのポタージュ コーヒー牛乳 	御飯 炒り豆腐(ミックスベジタブル) 小松菜のくるみ和え 味噌汁(玉ねぎ・里芋) 牛乳	御飯 スクランブルエッグ 人参とツナのフレンチサラダ 味噌汁(さつま芋・春菊) 牛乳
昼	御飯 松風焼 なすの田舎煮 オクラのポン酢和え みぞれ汁 フルーツ・パン缶	御飯 鯖のミン焼 付合せ(インゲン・玉ねぎ) ひじきの炒め煮 キャベツのピーナッツ和え 味噌汁(里芋・えのき茸) フルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉と生揚げの味噌炒め 大根の炒り煮 三色ナムル きのこと汁 フルーツ・マンゴー缶	【健幸御膳】 麦飯 ますのくるみ味噌焼き きんぴられんこん 小松菜のゴマ酢和え きのこと和風ミルクスープ 黒豆と桃のマリネ 	御飯 イタリアンオムレツ ミートボールのコンソメ煮 ホウレン草のナルト和え コンソメスープ フルーツ・黄桃缶	御飯 鶏肉の中華風照焼 カリフラワーの中華炒め オクラのおかか和え すまし汁(そうめん・ネギ) フルーツ・パン缶	御飯 和風あんかけハンバーグ ビーンズ炒め トマトのポン酢かけ すまし汁(ひらたけ・白菜) フルーツ・リンゴ缶
夕	御飯 つみれとレンコンの煮物 小松菜とベーコンの炒め物 トマトとワカメのサラダ 味噌汁(油揚げ・畑菜)	御飯 酢鶏 冬瓜の煮物 カリフラワーのドレッシング和え 中華スープ	御飯 焼魚(メルルーサ)のポン酢かけ 肉団子・サツマ芋の甘辛煮 ホウレン草の昆布和え 味噌汁(ごぼう・畑菜)	御飯 豆腐の肉味噌かけ フキと里芋の煮物 インゲンのゴマ和え すまし汁(花麴・水菜)	御飯 豚肉と茄子の味噌煮 竹輪入きんぴらごぼう 白菜のお浸し すまし汁(なめこ・畑菜)	御飯 魚のレモン蒸(メバル) 大根とあさりの炒め煮 ポテトサラダ 味噌汁(キャベツ・麴)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め なすの味噌煮 中華冷奴 中華スープ
1 日 合 計	kcal 1492.15 水分 842.01 g 蛋白質 55.99 g 脂質 51.08 g 食塩相当 8.82 g	kcal 1494.5 水分 762.7 g 蛋白質 58.0 g 脂質 41.0 g 食塩相当 8.3 g	kcal 1502.3 水分 804.1 g 蛋白質 64.0 g 脂質 39.7 g 食塩相当 8.7 g	kcal 1399.0 水分 754.5 g 蛋白質 59.6 g 脂質 26.3 g 食塩相当 6.8 g	kcal 1556.0 水分 857.5 g 蛋白質 55.8 g 脂質 53.6 g 食塩相当 8.0 g	kcal 1376.8 水分 762.1 g 蛋白質 61.8 g 脂質 32.1 g 食塩相当 8.0 g	kcal 1528.9 水分 783.0 g 蛋白質 51.9 g 脂質 46.9 g 食塩相当 7.8 g
備 考							



予定献立一覧表

9月



弦巻の家

令和 8年 9月28日 ～ 令和 8年9月 30日

	9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)
朝	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン オムレツ 付合せ インゲンのピーナッツ和え コーンポタージュ 牛乳 	御飯 ジャガ芋と薩摩揚げの煮物 白菜の和風サラダ 味噌汁(なめこ・ネギ) 牛乳	御飯 生揚げのソボロアツカ かぶのサラダ 味噌汁(里芋・大根) 牛乳
昼	御飯 魚(ハサ)のトマトソース もやしとベーコンのソテー カリフラワーとチーズサラダ コンソメスープ ミカンヨーグルト和え	御飯 豚肉と野菜のカレーソテー 切干大根の煮物 小松菜の和え物 味噌汁(なす・ワカメ) メロンゼリー	御飯 蒸魚(シルバー)の胡麻だれ漬 モヤシとピーマンの塩炒め 玉葱のおかかサラダ すまし汁(花麴・しめじ) フルーツ・黄桃缶
夕	御飯 鶏肉の塩麹焼 かぶの煮物 ホウレン草とシメジの和え物 味噌汁(麴・ネギ)	御飯 魚(メルルサ)の沢煮 さつま芋の蜂蜜バター風味 シエルマカロニサラダ すまし汁(かまぼこ・うまい菜)	御飯 豆腐のかにあんかけ レンコンと竹輪のおかか煮 青梗菜のポン酢和え 味噌汁(春菊・えのき茸)
1 日 合 計	kcal 1466.94 水分 814.3 蛋白質 63.68 脂質 39.09 食塩相当 8.52	kcal 1431.7 水分 722.1 蛋白質 54.9 脂質 28.4 食塩相当 7.5	kcal 1421.7 水分 751.8 蛋白質 63.3 脂質 37.8 食塩相当 7.5

備考			
----	--	--	--

