



9月 献立一覧表

2025年9月 [高山ちどり]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	◎洋定食 食パン・りんごジャム 野菜のコンソメ煮 トマトパンネサラダ 牛乳	◎和定食 かおり粥 茄子とあげの煮浸し マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 丸ロール ☆スタックエントウのカレー風味炒め もやしのドレッシング和え 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 肉団子の煮物 梨ゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム ボイルウインナー スパゲティサラダ 牛乳	◎和定食 粥(さけ) 青菜の炒り煮 アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン パトフ風 キャベツのサラダ 牛乳
昼食	◎お一日 赤飯 銀ひらすの蒲焼き ☆さつま芋の甘煮(レモン風味) インゲンとツナの和え物 わかめのみそ汁	ごはん 鶏肉のしょうゆ麹焼き 炒り豆腐 うまい菜のごま酢和え 玉ねぎのみそ汁	◎Aメニュー 五目豆腐 ◎Bメニュー さわらの焼き浸し ◎共通料理◎ ごはん 切干大根の炒め煮 ブロッコリーのワサビ和え そうめんのすまし汁	ごはん トンカツ 小松菜の和風炒め 春雨サラダ 冬瓜のすまし汁	◎寿司の日 秋の吹き寄せちらし寿司 【トッピング】 大根のカニあんかけ ほうれん草の辛子和え 赤出汁	ごはん ハンバーグ マカロニのクリーム煮 人参サラダ コンソメスープ	ごはん あじの中華あんかけ 春巻き うまい菜の錦糸和え 中華スープ
中間食	ミニココアワッフル	パンケーキ(メープル)	ドームケーキ(いちご)	今川焼き(こしあん)	コーヒー牛乳プリン	焼きドーナツ(豆乳)	もみじ饅頭
夕食	ごはん 春雨と豚肉の炒め物(チリメン風味) 海老シューマイ レンコンサラダ	ごはん 白身魚のチーズ焼き ほうれん草のソテー じゃが芋のマスタードサラダ	ごはん あじの幽庵焼き ☆かぼちゃのいとこ煮 ひじきのマヨサラダ	ごはん 千草焼き がんもの含め煮 チンゲン菜のお浸し	ごはん 豚肉のしぐれ煮 和風ジャーマンポテト ピーマンの和え物	ごはん ぶりの山椒煮 茄子の甘辛炒め 胡瓜とツナの和え物	ごはん 鶏肉の柚子胡椒焼き 竹輪のあおさ炒め カリフラワーのおかか和え



9月 献立一覧表

2025年9月 [高山ちどり]

	8(月)	9(火)	10(水)	11(水)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	◎洋定食 丸ロール ブロッコリーのソテー 玉ねぎのマリネ 牛乳	◎和定食 粥(梅おかか) 茄子の中華煮 梨ゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム スナックエンドウのマスタート 炒め うの花サラダ 牛乳	◎和定食 粥(やさい) チンゲン菜の炒め煮 マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 レーストドッグ イカ団子のケチャップ煮 コーンサラダ 牛乳	◎和定食 かおり粥 ウインナーの炒め物 オレンジゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム インゲンのソース炒め マカロニサラダ 牛乳
昼食	◎Aメニュー カレイの香味焼き ◎Bメニュー 豚肉の塩だれ炒め ◎共通料理◎ ごはん 玉子焼き ごぼうサラダ かまぼこのすまし汁	チキンカレー 福神漬け パプリカサラダ ヨーグルト(ブルーベリーソース)	◎郷土料理(福島県) 喜多方ラーメン 焼き餃子 しろ菜のピーナツ和え みかん缶	ごはん さばの梅香煮 麩の卵とじ じゃが芋の塩昆布和え 玉ねぎのみそ汁	ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 厚揚げと大根の煮物 からし菜の和え物 とろろ昆布のすまし汁	ごはん さわらのピーナツ焼き 大豆の煮物 うまい菜の酢味噌和え 花麩のすまし汁	ごはん 豚肉のトマト煮 しろ菜のソテー オニオンサラダ コンソメスープ
中間食	ソフトシュークリーム	しっとり饅頭(小麦)	おかしなバナナ	プリン	巻きどら焼き(抹茶)	ショコラフランボワ	やわらかおかき(うす塩)
夕食	ごはん 肉味噌豆腐 炒めビーフン かぼちゃサラダ	ごはん 銀ひらすの塩麹焼き レンコンの金平 ほうれん草のごま和え	ごはん 鶏肉のソテー(ステーキス) 白菜の煮浸し 大根サラダ	ごはん コロツケ・白身フライ ひじきの炒め煮 ブロッコリーの土佐和え	ごはん 鮭の香草焼き さつま芋のバター醤油炒め スバゲティサラダ	ごはん 肉団子と白菜の生姜煮 茄子の炒め物 ごま豆腐	ごはん 中華風玉子焼き(あんかけ) 水餃子 ほうれん草のナムル



9月 献立一覧表

2025年9月 [高山ちどり]

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	◎洋定食 丸ロール ボイルウインナー ポテトサラダ 牛乳	◎和定食 粥(さけ) ピーマンのカレー風味炒め グレープゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン 野菜炒め スパゲティサラダ 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 肉団子の煮物 アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム 白菜のコンソメ煮 トマトパンネサラダ 牛乳	◎和定食 粥(やさい) スナックエンドウの中華炒め ももゼリー 牛乳	◎洋定食 丸ロール パトフ風 パプリカサラダ 牛乳
昼食	◎敬老御祝い膳 赤飯 天ぷら盛り合わせ 赤魚のゆず味噌ソース 炊き合わせ 二種盛り(紅茶鴨・三色なます) 紅白そうめんのすまし汁	ごはん 照り焼きハンバーグ ほうれん草の卵炒め 切干大根サラダ かぼちゃのみそ汁	ごはん カレイのマヨネーズ焼き じゃが芋のデミグラスソース煮 コーンサラダ コンソメスープ	◎Aメニュー 豚肉のスタミナ炒め ◎面前提供 別館 豚肉の生姜炒め ◎共通料理◎ ごはん がんもの含め煮 からし菜のゆず和え かき玉汁	◎Aメニュー 鶏肉の山椒焼き ◎Bメニュー たら煮付け ◎共通料理◎ ごはん ブロッコリーの炒め物 大豆サラダ あげのみそ汁	ごはん カニクリームコロッケと海老フライ 炒り豆腐 小松菜のお浸し 玉ねぎのみそ汁	ごはん ぶりの粕煮 インゲンのそぼろ炒め 春雨の和え物 花魁のすまし汁
中間食	◎祝菓子 紅白饅頭	焼きドーナツ(豆乳)	もみじ饅頭	ドームケーキ(いちご)	ミニココアワッフル	コーヒー牛乳プリン	ふんわりたい焼き(こしあん)
夕食	ごはん さばの塩焼き 竹輪の炒め物 ブロッコリーのドレッシング和え	ごはん 豆腐の和風あん(海老) 金平ごぼう カリフラワーの梅和え	ごはん さわらの酒蒸し(ボン酢) しろ菜の煮浸し レンコンのごま味噌和え	ごはん オープンオムレツ ほうれん草のバター醤油炒め 人参マリネ	ごはん あじの香味焼き さつま芋のレモン煮 ひじきの和風サラダ	ごはん 豆腐ステーキ 茄子の煮浸し 大根と水菜のサラダ	ごはん さわらの塩焼き ピーマンの炒め物 春雨サラダ



9月 献立一覧表

2025年9月 [高山ちどり]

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	◎洋定食 食パン・いちごジャム スクランブルエッグ マカロニサラダ 牛乳	◎和定食 粥(梅おかか) 白菜の煮浸し マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 ロールパン ズッキーニのソテー カリフラワーのマリネ 牛乳	◎和定食 かおり粥 スナックエンドウの炒め物 オレンジゼリー 牛乳	◎洋定食 丸ロール じゃが芋のカレー風味炒め コーンサラダ 牛乳	◎和定食 粥(さけ) ソーセージの和風炒め 梨ゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム 冬瓜の中華煮 スパゲティサラダ 牛乳
昼食	きつねうどん 野菜つみれのあんかけ チンゲン菜のゆかり和え フルーツカクテル缶	◎季節のお料理 きのこご飯 鶏肉のバター照り焼き 豆腐のとろみ煮 おろし酢の物 うずまき麩の赤出汁	ごはん ポークチャップ スパゲティソテー ブロッコリーのサラダ かぼちゃのみそ汁	◎Aメニュー ブリのしょうゆ麹焼き ◎Bメニュー 鶏肉の五目炒め ◎共通料理◎ ごはん 切干大根の炒め煮 ピーマンとツナの和え物 えのきのみそ汁	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 炒めビーフン 胡瓜のピーナツ和え 中華スープ	木の葉丼 ふろふき大根 インゲンのおかか和え そうめんのすまし汁	ごはん 豚じゃが 茄子の甘辛炒め しろ菜の梅和え 豆腐のみそ汁
中間食	巻きどら焼き(抹茶)	ソフトシュークリーム	パンケーキ(メープル)	しっとり饅頭(小麦)	やわらかおかき(うす塩)	おかしなバナナ	プリン
夕食	ごはん 豚肉のボン酢炒め かぼちゃの甘煮 もやしの塩ナムル	ごはん さわらの柚子香煮 レンコンの甘辛炒め うまい菜のワサビ和え	ごはん たらの竜田揚げ 冬瓜の煮物 ポテトサラダ	ごはん ふくさ卵 チンゲン菜と豚バラの炒め物 ごぼうサラダ	ごはん お好み焼き 高野豆腐の含め煮 ほうれん草の和え物	ごはん 鶏肉の香草焼き ひじきの炒め煮 かぼちゃサラダ	ごはん あじのかわり揚げ 竹輪の炒め物 ブロッコリーの塩昆布和え



9月 献立一覧表

2025年9月 [高山ちどり]

	29(月)	30(火)					
朝食	◎洋定食 黒糖食パン 白菜のクリーム煮 人参サラダ 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 じゃが芋の炒め物 アセロラゼリー 牛乳					
昼食	ごはん 豆腐とひき肉の中華煮 カニシューマイ オクラのドレッシング和え 中華スープ	ごはん カレーのタルタル焼き かぼちゃコロッケ 玉ねぎとハムのサラダ コンソメスープ					
中間食	ショコラフランボワ	ふんわりたい焼き(こしあん)					
夕食	ごはん さばの味噌煮 玉子焼き うまい菜の和え物	ごはん 豚肉の柚子胡椒炒め 和風スパゲティー 大根の浅漬け					