

献立予定(実施)表

現 場：パンデ（絆）
献立種類：常食（個別献立）
期 間：2025/9/1～2025/9/30

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		ご飯150g じゃが芋のきんぴら 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（りんごジャム） パンプキンサラダ フルーツ缶（みかん） 牛乳	ご飯150g ちくわ煮 味噌汁 ふりかけ コーヒ－牛乳	パン（ピーナッツ） スクランブルエッグ フルーツ缶（黄桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g 茄子と揚げの煮物 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食		赤飯 アジのネギ味噌焼き 付）グリル南瓜 切り干し大根の煮付 胡瓜の酢の物 すまし汁（豆腐）	かき揚げ丼 ひじき煮 菜の花の辛子和え 味噌汁（しめじ）	ご飯150g 煮込みハンバーグ 付）ﾎﾞｰﾏﾝ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ マカロニサラダ コンソメスープ いちごﾑｰｽ	田舎ちらし寿司 れんこんの煮物 ほうれん草の白和え 味噌汁（花魁）	ご飯150g ミンチカツ 付）キャベツ 白菜と厚揚げの煮物 オクラのなめたけ和え 味噌汁（大根）	菜飯（半量） きつねうどん ｷﾉｺとさつま芋のしんじょ 果物（バナナ）
夕食		ご飯150g ﾎﾝﾏﾆｰﾏｽﾀｰﾄﾞ 焼き 付）ｲﾝｹﾞﾝｿﾂｰ 大豆と野菜のトマト煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻和え 味噌汁（とろろ昆布）	麦ご飯 ﾌｳﾌｳ揚げお好み焼き風 付）ｷﾔﾍﾞﾂ 里芋の鶏そぼろ煮 蒸しなす すまし汁（大根）	ご飯150g タラのおろしポン酢 付）がんと煮 金時豆甘煮 しろなの柚子和え 味噌汁（椎茸）	ご飯150g 八宝菜 肉しゅうまい 卵スープ 漬物	ご飯150g 豚肉の甘辛煮 焼き豆腐の田楽 胡瓜ともやしのｺﾞﾏ酢和え すまし汁（そうめん）	ご飯150g 鶏じゃが煮 玉子焼き 味噌汁（南瓜） 漬物
3時		あんぱたまん コーヒ－	ミニたい焼き(ｶｽﾀｰﾄﾞ)	メーブルパンケーキ 紅茶	もみじまんじゅう	ベルギーワッフル 紅茶	一口カステラ りんごジュース
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	ご飯150g 豚肉と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（ﾏｰｶﾞﾘﾝ） スパゲッティ－サラダ フルーツ缶（白桃） 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 梅びしお コーヒ－牛乳	パン（イチゴジャム） ポテトサラダ フルーツ缶（みかん） 低脂肪牛乳	ご飯150g じゃがいもきんぴら 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） ヨーグルト
昼食	ご飯150g 白身魚のカレーﾑﾆエル 付）南瓜・ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 昆布豆甘煮 菜の花の海苔わさび和え 味噌汁（白菜）	かにチャーハン タレ付き肉団子 ほうれん草のﾅﾙ 卵スープ	ご飯150g お好み焼き 卵の花煮 味噌汁（エノキ） 漬物	ポークカレー 人参サラダ 漬物（福神漬） ヨーグルﾄ～ﾌﾙｰﾂｼｰｽ～	ご飯150g もうかタレカツ 付）キャベツ ジャーマンポテト 菜の花の辛子和え 味噌汁（揚げ）	ふりかけご飯（半量） ﾆｰｽﾞ焼きそば ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのサラダ 味噌汁（花魁）	ご飯150g さばの味噌煮 付）花人参・ｷﾔｻﾔ 炒り豆腐 オクラの梅和え すまし汁（とろろ昆布）
夕食	ご飯150g ビーマンの肉詰め 付）粉ふき芋 ナポリタンスﾊﾞｹﾃﾂ ｶﾘﾌﾗｳｰのゆかり和え すまし汁（かぶ）	ご飯150g 厚揚げの肉味噌炒め 南瓜の煮物 ｲﾝｹﾞﾝの和え物 すまし汁（うずまき麵）	ご飯150g 鶏肉のネギ塩焼き 付）ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳﾆｰ 大学芋 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾋﾞｰﾅｯﾂ和え そうめん汁	ご飯150g タラの磯辺焼き 付）ビーマンｿﾂｰ 湯葉の野菜あんかけ 茄子の酢味噌和え すまし汁（蒲鉾）	ご飯150g 豆腐ﾊﾊﾞｰｸﾞ～和風あんかけ～ 付）グリル南瓜 五目豆煮 もやしのｺﾞﾏ和え 味噌汁（わかめ）	ご飯150g カレイの照り焼き 付）ｲﾝｹﾞﾝ レンコンそぼろ 金時豆甘煮 すまし汁（玉子豆腐）	ご飯150g ポークビーンズ 大根の塩昆布和え コンソメスープ 漬物
3時	薫るカフェゼリー	牛乳ケーキ 紅茶	チョコバウム	栗まんじゅう	黒糖ケーキ 紅茶	ようかん	レモンケーキ コーヒ－
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	ご飯150g 茄子と揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g スクランブルエッグ 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 梅びしお 低脂肪牛乳	パン（チョコ） さつまいもサラダ フルーツ缶（洋ナシ） 牛乳	ご飯150g 茄子と揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ コーヒ－牛乳	パン（りんごジャム） たまごサラダ フルーツ缶（白桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g 豆腐の中華煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ご飯150g 肉団子の甘酢あん ほうれん草ﾊﾑｿﾂｰ 春雨のﾏﾖｰｽﾞ 和え 中華スープ	☆敬老の日 赤飯 天ぷら盛り合わせ 天つゆ がんと煮付 胡瓜の酢の物 赤だし(うずまき麵)	わかめご飯(半量) 醤油ラーメン 焼き餃子 フルーツ杏仁	ご飯150g さばの塩焼き 付）大根おろし 豚肉とごぼうのうま煮 ほうれん草の磯和え 味噌汁（わかめ）	ハヤシライス コールスローサラダ 果物（オレンジ）	ちらし寿司 昆布豆 オクラのおかか和え すまし汁（そうめん）	ご飯150g 白身魚のﾏﾖｰﾝ焼き 付）ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 大豆と野菜のトマト煮 青梗菜のお浸し 味噌汁（とろろ昆布）
夕食	麦ご飯 鶏すき煮 温泉卵 味噌汁（ｷﾔﾍﾞﾂ） 漬物	ご飯150g ミニハンバーグ 付）ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ・ｸﾞﾗｳﾂ じゃがいも洋風煮 コンソ－プ フルーツ缶（黄桃）	ご飯150g 鮭の照り焼き 付）ｷﾔｻﾔ 南瓜の煮物 浅漬け風 味噌汁(花魁)	ご飯150g 豆腐の野菜あんかけ 鶏ﾚﾊﾞｰの甘辛煮 青梗菜のわさび和え すまし汁（蒲鉾）	ご飯150g アジの煮付け 付）人参・ｷﾔｻﾔ 信田巻き 菜の花のお浸し 味噌汁(エノキ)	麦ご飯 鶏肉の塩だれ炒め エビｼｭｳﾏｲ ｲﾝｹﾞﾝのなめ茸わさび和え 味噌汁（大根）	ご飯150g マーボー茄子 もやしのｺﾞﾏ酢和え 卵スープ 漬物
3時	田舎まんじゅう	バナナケーキ	りんごゼリー	ｶﾎﾞｳﾑｸｰﾎﾝ コーヒ－	抹茶まんじゅう 紅茶	ミニたい焼き(小豆)	チョコまん
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	ご飯150g ハムポテト 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g ちくわの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 卵の花煮 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（ピーナッツ） スパゲッティ－サラダ フルーツ缶（黄桃） 牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） コーヒ－牛乳	パン（ﾏｰｶﾞﾘﾝ） コールスローサラダ フルーツ缶（みかん） 低脂肪牛乳	ご飯150g 大根と揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	木の葉丼 コロッケ 菜の花のﾋﾞｰﾅｯﾂ和え 味噌汁（エノキ）	ご飯150g 鮭ﾌﾗｲ&扇ﾌﾗｲ 付）ｷﾔﾍﾞﾂ 大根と茄子の田楽 オクラの梅和え 味噌汁（椎茸）	☆秋分の日 炊き込みご飯 ﾌﾘの甘酢あんかけ 付）ﾁﾝｹﾞﾝ菜 南瓜の煮物 ｲﾝｹﾞﾝの鰯糸和え すまし汁（豆腐）	ツナカレー フレンチサラダ 漬物（福神漬） 果物（オレンジ）	ご飯150g 南瓜コロッケ 付）ｷﾔﾍﾞﾂ 蓮根そぼろ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾏﾖｰｽﾞ 和え 味噌汁（エノキ）	ゆかりご飯(半量) かやくそば がんと煮付 果物（バナナ）	☆郷土料理～香川県～ ご飯150g かしわ天 付）グリル南瓜・ｲﾝｹﾞﾝ 天つゆ 奴豆腐 オクラの海苔和え 味噌汁(花魁)
夕食	ご飯150g ポトフ風 ナポリタンスﾊﾞｹﾃﾂ 花野菜サラダ ぶどうﾑｰｽ	ご飯150g ｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ ほうれん草ｺｰﾝﾊﾞﾀｰ マカロニサラダ	ご飯150g 豚肉と野菜の旨塩炒め 玉子と小松菜の炒め物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの辛子和え 味噌汁（とろろ昆布）	ご飯150g 白身魚のﾊﾞｼﾞﾙﾁｬｲ焼き 付）玉子焼き 筍のおかか煮 しろ菜のお浸し 味噌汁(白菜)	ご飯150g ｷｬﾂｼｭｰおろしポン酢がけ 付）ﾋｰﾏﾝ・ｼﾅｸﾞ とろろ芋 胡瓜のさっぱり和え すまし汁（そうめん）	ご飯150g ﾐｰﾄｵﾑﾚﾂ 付）ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 茄子の含め煮 ポテトサラダ 味噌汁（ｷﾔﾍﾞﾂ）	ご飯150g カレイの煮付け 付）ｷﾔｻﾔ・人参 野菜大豆煮 菜の花の柚子味噌和え すまし汁（卵）
3時	カステラドーナッツ 紅茶	人形焼き	カットバウム コーヒ－	プリン	ﾑｰﾝﾅｲﾄｶﾞﾚｯﾄｻﾝﾄﾞ 紅茶	黒糖まんじゅう	あずきﾐﾙｸﾌﾞﾘﾝ 紅茶
	28	29	30				
朝食	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 茄子と揚げの煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳				
昼食	ご飯150g さばのｺﾞﾏ味噌焼き 付）オクラ ちくわの磯辺煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのおかか和え すまし汁（とろろ昆布）	天津飯 タレ付き肉団子 ﾁﾝｹﾞﾝ菜の中華和え 中華スープ	ご飯150g 照り焼きﾁｷﾝ 付）ﾋｰﾏﾝｿﾂｰ ほうれん草ﾊﾑｿﾂｰ ｽﾊﾞｹｯﾂﾂｰサラダ 味噌汁(しめじ)				
夕食	麦ご飯 豚じゃが 柚子なます すまし汁（はんぺん） 漬物	ご飯150g アジの山椒焼き 付）ｲﾝｹﾞﾝｿﾂｰ 南瓜の煮物 ｷﾔﾍﾞﾂのｺﾞﾏﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ 味噌汁（エノキ）	ご飯150g マーボー豆腐 ｶﾆｼｭｳﾏｲ 青菜のわさび和え 味噌汁（揚げ）				
3時	バウンドケーキ 紅茶	田舎まんじゅう	カステラ 紅茶				