




9 月 献 立 表

月	火	水	木	金	土
1 ・菜飯 ・味噌汁 ・鶏肉のネギ塩焼き ・ゴマサラダ ・高野豆腐の煮物  576Kcal	2 ・ご飯 ・スープ ・豚肉の味噌炒め ・サラダ ・大根とあさり煮  574Kcal	3 ・ご飯 ・味噌汁 ・穴子の玉子とじ ・梅サラダ ・フロッキー炒め  560Kcal	4 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の マヨネーズ焼き ・ごま和え ・卵の花  576Kcal	5 ・ご飯 ・そうめん汁 ・魚のネギ味噌焼き ・大根サラダ ・さつま金平  560Kcal	6 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の沢煮蒸し ・ジャガ芋のサラダ ・冬瓜のあんかけ  560Kcal
8 ・ご飯 ・スープ ・魚の四川風 ・中華サラダ ・シューマイ  567Kcal	9 ・ハヤシライス ・サラダ ・コンニャク炒め  580Kcal	10 ーお楽しみ献立ー   	11 ・ご飯 ・スープ ・豚肉と春雨炒め ・鮭缶のサラダ ・大根の味噌煮  574Kcal	12 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の きのこソースかけ ・キャベツサラダ ・グラタン  575Kcal	13 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の蒲焼き ・ごぼうサラダ ・南瓜と小豆煮  575Kcal
15 ・栗ご飯 ・味噌汁 ・魚の二色揚げ ・生酢 ・炊き合わせ ・フルーツ  584Kcal	16 ・松茸ご飯 ・味噌汁 ・天ぷら ・うざく ・煮物 ・フルーツ  585Kcal	17 ・ご飯 ・スープ ・ハンバーグ ・サラダ ・切干大根煮  577Kcal	18 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の香草焼き ・サラダ ・青菜のあんかけ  560Kcal	19 ・ご飯 ・かぼちゃスープ ・ムニエル ・マリネ ・コンソメ煮  566Kcal	20 ・ご飯 ・味噌汁 ・チキン南蛮風 ・お浸し ・ひじき煮  582Kcal
22 ・ご飯 ・スープ ・豚肉の焼き肉 ・春雨サラダ ・じゃが煮  575Kcal	23 ・さつま芋ご飯 ・野菜の沢煮椀 ・粕漬け魚 ・甘酢和え ・ナスの味噌煮  571Kcal	24 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の竜田焼き ・ポテトサラダ ・キャベツの炒煮  567Kcal	25 ・ナスとひき肉の カレー ・サラダ ・キャベツの スープ煮  581Kcal	26 ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の照り焼き ・スパゲティー サラダ ・野菜炒め  567Kcal	27 ・ご飯 ・スープ ・八宝菜 ・中華和え ・ニラ玉  576Kcal
29 ・ご飯 ・カキ玉汁 ・サバの味噌煮 ・サラダ ・チーズ焼き  578Kcal	30 ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の甘酢あん ・ピーナッツ和え ・かぼちゃの煮物  568Kcal				

* 注文の都合により献立を変更することがあります。

いずみの苑 通所介護事業所



2025年9月