

敬老の日お祝い御膳

○御赤飯

○天ぷら盛り合わせ

(海老・鱈・南瓜・茄子・青唐)

○御造り二種盛り

(まぐろ・鯛)

○御多喜合

(鶴筍・亀芋・鶏治部煮・花人参)

○御祝胡麻豆腐

○御祝汁

○抹茶ケーキ

焼き栗甘露煮

特別養護老人ホーム
令和七年九月十五日

矢那梅の香園



2025年10月 献立表

			10/1(水)	10/2(木)	10/3(金)	10/4(土)	10/5(日)
朝食			食パン コンソメスープ（ほうれん草） 魚肉ソーセージ炒め カリフラワーのマリネ ヨーグルト	米飯 味噌汁（冬瓜） 海老団子の中華煮 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（たまねぎ） 厚焼き玉子 ピーマンの炒め物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（白菜） チキンボールの煮物 しそ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（菜の花） 炒り卵 たいみそ ヨーグルト
昼食			ハヤシライス 4種豆のサラダ フルーツ（りんご缶） ジョア	きのこご飯 味噌汁（きぬさや） ハンバーグ 和風おろしソース 青菜のにんにく炒め ポテトサラダ	米飯 味噌汁（もやし） 筑前煮 ほうれん草のお浸し フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁（なめこ） 白身魚のタルタルソース焼き じゃが芋とさつま揚げ煮 いちごババロア	米飯 中華スープ（青梗菜） 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ(バナナ)
夕食			米飯 すまし汁（あさり） 赤魚の胡麻焼き スナッポのソテー	米飯 味噌汁（オクラ） タラの七味焼き さつま芋のレーズン煮	米飯 すまし汁（豆腐） さば香味焼 ちくわの煮物	米飯 すまし汁（はんぺん） 豚肉ときのこの味噌炒め 茄子のあんかけ	米飯 味噌汁（里芋） ブリのボン酢焼き インゲンの炒め物
	10/6(月)	10/7(火)	10/8(水)	10/9(木)	10/10(金)	10/11(土)	10/12(日)
朝食	米飯 味噌汁（さつま芋） がんもの煮物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（じゃが芋） はんぺんのバター焼き 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（なす） 菜の花の炒め物 しらす納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（白菜） 肉詰めいなり煮 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁（じゃが芋） オムレツ 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（玉葱） ちくわの煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 すまし汁（はんぺん） 卵みそ ふりかけ ヨーグルト
昼食	月見そば ちくわの磯辺天 かぶの肉味噌がけ プリン	米飯 わかめスープ 八宝菜 焼き餃子 フルーツ（パイン缶）	米飯 すまし汁（そうめん） 鯖の味噌煮 里芋の煮ころがし マカロニとキャベツの辛子マヨ	米飯 たまごスープ 白身魚のチリソースかけ 冬瓜のかにあんかけ ザーサイ和え	栗御飯 菊花栴 秋鮭朴葉焼き 秋茄子と鶏肉の雲煮 秋の美白和え マロンババロア	米飯 すまし汁（菜の花） 鶏肉のピザ風味焼き 切干大根の煮物 フルーツ（黄桃缶）	米飯 味噌汁（なめこ） 赤魚の煮つけ さつま芋の甘煮 ほうれん草のお浸し
夕食	米飯 味噌汁（もやし） 鶏肉の梅香焼き 蓮根の柚子胡椒炒め	米飯 すまし汁（春菊） さわらの山椒焼き かぼちゃのいとし煮	米飯 味噌汁（油揚げ） 豆腐の五目うま煮 レバーの香味和え	米飯 味噌汁（青梗菜） 豚肉生姜焼 温野菜サラダ	米飯 味噌汁（ほうれん草） 厚揚げと野菜のそぼろあん レンコンのカレー炒め	米飯 味噌汁（白菜） カレイの塩麴焼き しらたきの炒り煮	米飯 味噌汁（いんげん） 豚肉と野菜の和風カレー炒め 大根サラダ
	10/13(月)	10/14(火)	10/15(水)	10/16(木)	10/17(金)	10/18(土)	10/19(日)
朝食	米飯 味噌汁（油揚げ） 豆乳つみれ煮 ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁（絹さや） はんぺん磯辺焼 漬物 ヨーグルト	食パン コーンスープ ミートボール カリフラワーのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（わかめ） 野菜とウインナーのソテー ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（青梗菜） 厚揚げの煮物 キムチ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（なめこ） 車麴の卵とじ 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（かぶ） かんぱちハンバーグ たいみそ ヨーグルト
昼食	米飯 コンソメスープ（きのこ） 鶏肉のクリームソースかけ ピーマンと白滝の金平 レタスサラダ	天津丼 中華スープ（なると） ビーフンソテー ナムル	米飯 味噌汁（南瓜） アジフライおろしソース ひじきの煮物 フルーツ（バナナ）	カレーライス グリーンサラダ ジョア フルーツ(洋梨缶)	米飯 すまし汁（小町麴） 豚丼風煮 ゆかり和え オレンジムース	米飯 すまし汁（花麴） 揚げ魚の甘酢あんかけ 茄子の揚げ浸し 菜の花の辛子マヨ和え	米飯 味噌汁（白菜） 鶏肉の照り焼き 冬瓜のきのこあんかけ 海草サラダ
夕食	米飯 味噌汁（豆腐） お好み焼き風玉子焼き オクラの塩昆布和え	米飯 味噌汁（青梗菜） さばの塩焼き 田舎煮	米飯 味噌汁（もやし） 豆腐と卵の炒め物 ほうれん草の柚子和え	米飯 すまし汁（春菊） たらのさらさ蒸し 里芋のみそ田楽	米飯 味噌汁（豆腐） 白身魚のネギだれ焼き 南瓜の煮物	米飯 中華スープ（ニラ） 豚肉の細切り炒め きゃべつの青じそ和え	米飯 すまし汁（はんぺん） 鯖の柚庵焼き じゃが芋の旨煮
	10/20(月)	10/21(火)	10/22(水)	10/23(木)	10/24(金)	10/25(土)	10/26(日)
朝食	米飯 味噌汁（さつま芋） 玉子ロール ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（なす） 大豆の五目炒め煮 ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁（豆腐） 魚肉ソーセージ炒め おろし納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（里芋） 温泉玉子 なめたけ和え ヨーグルト	米飯 味噌汁（冬瓜） いわしの生姜煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（なめこ） ベーコンと野菜のソテー ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（小松菜） いわしつみれと根菜の煮物 のり佃煮 ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁（大根） 白身魚のコーンマヨネーズ焼き ブロッコリーとウインナー炒め ヨーグルトババロア	米飯 中華スープ（ワカメ） 豚肉のスタミナ炒め 中華風冷奴 フルーツ（黄桃缶）	シーフードピラフ コンソメスープ（ほうれん草） オムレツ 南瓜サラダ フルーチェ	米飯 すまし汁（椎茸） さわらの生姜煮 もやしとニラの炒め物 春菊のごま和え	米飯 味噌汁（ほうれん草） 回鍋肉 かぶのとりみ煮 ポテトサラダ	米飯 味噌汁（あさり） 鰯の香味焼き 春雨の炒め物 ささみの紅葉和え	米飯 すまし汁（豆腐） 鶏肉の塩麴焼き ピーマンとちくわの金平 フルーツ(みかん缶)
夕食	米飯 すまし汁（かまぼこ） あんかけぎせい豆腐 切り昆布の炒り煮	米飯 味噌汁（たまねぎ） 赤魚粕漬焼き 大根と油揚げの煮物	米飯 すまし汁（そうめん） たらのちゃんちゃん焼き風 オクラの酢の物	米飯 味噌汁（チンゲン菜） 鶏の治部煮 ツナサラダ	米飯 味噌汁（茄子） 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと玉子炒め	米飯 すまし汁（かまぼこ） 豚肉の塩だれ炒め もやしの和え物	米飯 すまし汁（はんぺん） 白身魚の甘酢あん きのこのバター醤油ソテー
	10/27(月)	10/28(火)	10/29(水)	10/30(木)	10/31(金)		
朝食	米飯 味噌汁（インゲン） 厚焼き玉子 春菊の煮浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁（なめこ） さつま揚げ煮 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（絹さや） えび団子の煮物 おくら納豆 ヨーグルト	食パン コンソメスープ（玉葱） ポイルウインナー 菜の花のサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（豆腐） がんもの煮物 漬物 ヨーグルト		
昼食	ソース焼きそば 中華スープ（なると） 春巻き フルーツ(パイン缶)	米飯 すまし汁（花麴） たらの照焼き 茄子と鶏肉のみぞれがけ フルーツ（りんご缶）	米飯 味噌汁（じゃがいも） カツ煮 冬瓜の中華煮 ほうれん草の和え物	米飯 味噌汁（もやし） タンドリーチキン 高野豆腐の煮物 レタスサラダ	さつま芋ご飯 すまし汁（ほうれん草） 鯖の竜田揚げ おろしソース 切り昆布煮 マカロニサラダ		
夕食	米飯 味噌汁（さつま芋） 鶏肉のマーマレード焼き こんにゃくの炒り煮	米飯 味噌汁（南瓜） 豚肉のオイスター炒め かぶのあんかけ	米飯 すまし汁（そうめん） 赤魚の山椒焼き さつま芋のレモン煮	米飯 すまし汁（花麴） あじの煮つけ スナッポ炒め	米飯 味噌汁（里芋） 豚肉と野菜のキムチ炒め 浅漬け		