

葉月御膳

● 梅しらすご飯

● 天ぷら
盛り合わせ

● 鮭のずんだ焼

● もろこし真丈の共地餛
(共地餛||同じ素材のあんかけ)

● 鶏団子のお吸い物

● 黒蜜きなこ
ロールケーキ



特別養護老人ホーム
矢那梅の香園

令和八年八月六日



2026年9月 献立表



		9/1(火)	9/2(水)	9/3(木)	9/4(金)	9/5(土)	9/6(日)
朝食		米飯 味噌汁（わかめ） えび団子の煮物 おくら納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（菜の花） ミートボールケチャップ煮 のり佃煮 ヨーグルト	食パン ポタージュスープ オムレツ いんげんのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（さつま芋） ハムと野菜の炒め物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（麴） 厚焼き玉子 ほうれん草の辛子和え ヨーグルト	米飯 味噌汁（しめじ） 豆腐ハンバーグ ふりかけ ヨーグルト
昼食		ハヤシライス 4種豆のサラダ いちごゼリー ジョア	肉そば はんぺんフライ ささみともやしの梅和え ぶどうムース	米飯 味噌汁（冬瓜） 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 すまし汁（麴） 赤魚のさらさ蒸し かぶの肉味噌かけ きゅうりと白菜の酢の物	米飯 すまし汁（そうめん） 豚肉のオイスター炒め 冬瓜のカニあんかけ フルーツ（パイン缶）	米飯 すまし汁（はんぺん） 白身魚の味噌焼き れんこん金平 キャベツのマヨサラダ
夕食		米飯 味噌汁（なめこ） たららの煮付け 大根サラダ	米飯 味噌汁（油揚げ） カレイの昆布蒸し さつま芋のレモン煮	米飯 味噌汁（きぬさや） あじの照り焼き 小松菜のピーナツ和え	米飯 味噌汁（大根） 鶏肉のわさび風味焼き 厚揚げと里芋煮	米飯 味噌汁（南瓜） たららのムニエル こんにゃくの炒り煮	米飯 味噌汁（豆腐） 鶏の治部煮 青梗菜の柚子胡椒和え
	9/7(月)	9/8(火)	9/9(水)	9/10(木)	9/11(金)	9/12(土)	9/13(日)
朝食	米飯 味噌汁（白菜） ニラ玉 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（麴） ウインナーソーテー のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（じゃがいも） はんぺん磯辺焼 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（なめこ） 切干大根煮 キムチ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（小松菜） スクランブルエッグ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（里芋） 肉詰めいなり煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（オクラ） 厚揚げのそぼろ煮 たいみそ ヨーグルト
昼食	チキンカレー ブロッコリーサラダ ピーチゼリー ジョア	米飯 味噌汁（大根） 鰯の竜田揚げ 甘酢あん 切り昆布の煮物 さつまいもサラダ	米飯 すまし汁（オクラ） 豚肉の高菜炒め 揚げだし豆腐のなめこあんかけ フルーツ(リンゴ缶)	米飯 中華スープ（なると） 油淋鶏 かぶのとりみ煮 みかんムース	米飯 味噌汁（麴） 鰯のおろしかけ 青梗菜と竹輪の炒め物 春雨サラダ	米飯 味噌汁（大根） 鶏肉の胡麻焼き ひじき煮 南瓜サラダ	米飯 わかめスープ 豚肉とエリンギの中華炒め 蓮根サラダ フルーツ（みかん缶）
夕食	米飯 すまし汁（えのき） ホキのねぎ塩焼き 冬瓜の煮物	米飯 すまし汁（そうめん） 照り焼きつくね 胡瓜のごま酢和え	米飯 味噌汁（冬瓜） たららの梅しそ焼き 南瓜のそぼろ煮	米飯 味噌汁（しめじ） 赤魚の塩麹焼き 二色和え	米飯 すまし汁（豆腐） 豚肉の香味焼き キャベツとツナのサラダ	米飯 味噌汁（菜の花） 白身魚のコーンマヨ焼き ごぼうの炒め煮	米飯 味噌汁（小松菜） さわらの照り焼き 里芋とさつま揚げの含め煮
	9/14(月)	9/15(火)	9/16(水)	9/17(木)	9/18(金)	9/19(土)	9/20(日)
朝食	米飯 味噌汁（絹さや） いわしつみれの煮物 のり佃煮 ヨーグルト	食パン コーンスープ 魚肉ソーセージ炒め いんげんサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（しめじ） 豚肉とじゃが芋の煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（なめこ） 青梗菜の煮浸し 葱納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（ほうれん草） はんぺんのバター焼き 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（白菜） 肉団子甘辛煮 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（南瓜） 車麴の卵とじ 漬物 ヨーグルト
昼食	カツ丼（〇） 味噌汁（なめこ） 菜の花サラダ 青りんごゼリー	米飯 味噌汁（冬瓜） 鶏肉の照り焼き なすとパプリカの炒め物 オクラの胡麻和え	米飯 味噌汁（もやし） アジフライおろしソース がんもの含め煮 白菜の和え物	米飯 味噌汁（かぶ） 豚肉とごぼうの甘辛煮 スパゲティサラダ フルーツ（パイン缶）	焼きそば シュウマイのかにあんかけ カリフラワーのサラダ マンゴープリン	米飯 すまし汁（麴） 赤魚の味噌煮 五目きんちゃくの煮物 海藻サラダ	米飯 中華スープ（椎茸） 回鍋肉 中華風冷奴 フルーツ(黄桃缶)
夕食	米飯 味噌汁（じゃが芋） 豆腐とえびの中華炒め ピーマンとえのきのナムル	米飯 味噌汁（チンゲン菜） たらのみぞれ煮 さつま芋のレーズン煮	米飯 中華スープ（しいたけ） 麻婆豆腐 ナムル	米飯 すまし汁（そうめん） ひらすの柚庵焼 竹の子のオイスター炒め	米飯 味噌汁（里芋） 干草焼き 切干煮	米飯 コンソメスープ（キャベツ） 鶏肉のトマト煮 茄子のガーリックソーテー	米飯 すまし汁（麴） ぶりの粕漬け焼き 根菜とさつま揚げの煮物
	9/21(月)	9/22(火)	9/23(水)	9/24(木)	9/25(金)	9/26(土)	9/27(日)
朝食	米飯 味噌汁（ほうれん草） 切り昆布とかぶの煮物 おくら納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（里芋） 豆乳つみれの中華煮 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（さつま芋） オムレツ 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（かぶ） ミートボール のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（菜の花） 高菜と厚揚げの油炒め たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁（しめじ） 玉子みそ 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁（葉大根） はんぺんの煮物 おろし納豆 ヨーグルト
昼食	赤飯（★） 沢煮椀 マグロとかつおのたたき刺身2点盛り カレイの煮つけ 茶碗蒸し 菊花あんかけ マロンケーキ	米飯 味噌汁（大根） 鶏肉の明太焼き 南瓜の甘煮 ツナサラダ	米飯 すまし汁（豆腐） 鰯の南蛮漬け マカロニサラダ フルーツ（パイン缶）	栗ごはん すまし汁（椎茸） 赤魚西京焼き がんもの含め煮 わかめの酢の物	米飯 味噌汁（冬瓜） タンドリーチキン 金平ごぼう ブロッコリーのごまマヨ和え	米飯 中華スープ（なると） 麻婆茄子 もやしのサラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 すまし汁（豆腐） たららのチーズ焼き マカロニときのこのクリーム煮 オクラのなめだけ和え
夕食	米飯 すまし汁（水菜） 豆腐ときのこの卵とじ もやしと鶏レバー炒め	米飯 すまし汁（しめじ） たららの照り焼き かぶの肉味噌かけ	米飯 味噌汁（なめこ） 肉じゃが 白菜の青じそ和え	米飯 すまし汁（花麴） 鶏肉のきのこあんかけ 温野菜サラダ	米飯 すまし汁（小松菜） あじの山椒焼き 鶏レバー炒め	米飯 味噌汁（南瓜） 白身魚のマスタード焼き 竹輪の甘辛炒め	米飯 味噌汁（なめこ） スパニッシュオムレツ 白菜とニラの炒め物
	9/28(月)	9/29(火)	9/30(水)				
朝食	米飯 味噌汁（春菊） 肉詰めいなりの煮物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（玉葱） 野菜と車麴の煮物 漬物 ヨーグルト	食パン ポタージュスープ 魚肉ソーセージ炒め カリフラワーのマリネ ヨーグルト				
昼食	米飯 コーンスープ ハンバーグ 和風きのこソース コールスローサラダ いちごムース	米飯 中華スープ（冬瓜） 豚肉と厚揚げの中華炒め 青梗菜のかに和え 青りんごゼリー	米飯 味噌汁（もやし） 赤魚の山椒焼き 田舎煮 白菜のゆかり和え				
夕食	米飯 中華スープ（わかめ） カニ玉 チンゲン菜とザーサイの炒め物	米飯 すまし汁（そうめん） 鰯の胡麻焼き かぼちゃのいとこ煮	米飯 すまし汁（玉子豆腐） 鶏肉の葱味噌焼き かぶと野沢菜の和え物				