

いつき 2026年9月献立表(後半)※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

|    |   | 肉                                                                                                                                                                                         | エネルギー<br>(kcal) | 魚                                                       | エネルギー<br>(kcal) | 丼物                                            | エネルギー<br>(kcal) | ルウ物                                                      | エネルギー<br>(kcal) | 麺類                                                      | エネルギー<br>(kcal) |
|----|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------|-----------------|
| 16 | 水 | <div>カレーの日</div>      |                 |                                                         |                 |                                               |                 |                                                          |                 |                                                         |                 |
| 17 | 木 | チキンステーキ<br>ナスの田舎煮<br>白菜の塩昆布和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                         | 611             | 白身魚の野菜あんかけ<br>ナスの田舎煮<br>白菜の塩昆布和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ    | 567             | 豚丼<br>ナスの田舎煮<br>白菜の塩昆布和え<br>汁物<br>フルーツ        | 579             | カレーライス<br>ナスの田舎煮<br>白菜の塩昆布和え<br>汁物<br>フルーツ               | 659             | 味噌煮込み風きしめん<br>ナスの田舎煮<br>白菜の塩昆布和え<br>ご飯<br>フルーツ          | 502             |
| 18 | 金 | 豚肉と白菜の旨煮<br>厚揚げの甘辛炒め<br>わかめの酢の物<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                       | 579             | 鰯の西京焼き<br>厚揚げの甘辛炒め<br>わかめの酢の物<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ       | 568             | 木の葉丼<br>厚揚げの甘辛炒め<br>わかめの酢の物<br>汁物<br>フルーツ     | 536             | カレーライス<br>厚揚げの甘辛炒め<br>わかめの酢の物<br>汁物<br>フルーツ              | 656             | 五目うどん<br>厚揚げの甘辛炒め<br>わかめの酢の物<br>ご飯<br>フルーツ              | 442             |
| 19 | 土 | からあげ<br>チンゲン菜の炒め物<br>カリフラワーサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                        | 661             | 豆腐のエビあんかけ<br>チンゲン菜の炒め物<br>カリフラワーサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 606             | 牛丼<br>チンゲン菜の炒め物<br>カリフラワーサラダ<br>汁物<br>フルーツ    | 649             | カレーライス<br>チンゲン菜の炒め物<br>カリフラワーサラダ<br>汁物<br>フルーツ           | 634             | 醤油ラーメン<br>チンゲン菜の炒め物<br>カリフラワーサラダ<br>ご飯<br>フルーツ          | 453             |
| 21 | 月 | <div>敬老の日・天婦羅</div> |                 |                                                         |                 |                                               |                 |                                                          |                 |                                                         |                 |
| 22 | 火 | 鶏肉の塩こうじ焼き<br>卵の花<br>菜の花のおかかマヨ和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                       | 608             | 赤魚のべつ甲煮<br>卵の花<br>菜の花のおかかマヨ和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ       | 554             | たまご丼<br>卵の花<br>菜の花のおかかマヨ和え<br>汁物<br>フルーツ      | 583             | ミートボールシチュー<br>卵の花<br>菜の花のおかかマヨ和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ     | 761             | かきたまにゆう麺<br>卵の花<br>菜の花のおかかマヨ和え<br>ご飯<br>フルーツ            | 575             |
| 23 | 水 | お好み焼き風卵焼き<br>厚揚げの煮物<br>チンゲン菜のピーナツ和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                   | 617             | しらす丼<br>厚揚げの煮物<br>チンゲン菜のピーナツ和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ      | 467             | ビビンバ丼<br>厚揚げの煮物<br>チンゲン菜のピーナツ和え<br>汁物<br>フルーツ | 688             | ミートボールシチュー<br>厚揚げの煮物<br>チンゲン菜のピーナツ和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 700             | ミートソースパスタ<br>厚揚げの煮物<br>チンゲン菜のピーナツ和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 586             |
| 24 | 木 | 肉みそ豆腐<br>大根の煮物<br>ひじきサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                              | 617             | タラのパン粉焼<br>大根の煮物<br>ひじきサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ          | 543             | はいから丼<br>大根の煮物<br>ひじきサラダ<br>汁物<br>フルーツ        | 506             | ひき肉のカレー<br>大根の煮物<br>ひじきサラダ<br>汁物<br>フルーツ                 | 630             | ちくわ天そば<br>大根の煮物<br>ひじきサラダ<br>ご飯<br>フルーツ                 | 469             |
| 25 | 金 | 治部煮<br>かぼちゃコロッケ<br>ブロッコリーサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                          | 724             | 白身魚の甘酢あんかけ<br>かぼちゃコロッケ<br>ブロッコリーサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 672             | 麻婆丼<br>かぼちゃコロッケ<br>ブロッコリーサラダ<br>汁物<br>フルーツ    | 643             | ひき肉のカレー<br>かぼちゃコロッケ<br>ブロッコリーサラダ<br>汁物<br>フルーツ           | 793             | とんこつラーメン<br>かぼちゃコロッケ<br>ブロッコリーサラダ<br>ご飯<br>フルーツ         | 579             |
| 26 | 土 | 豚肉の生姜焼き<br>高野豆腐の卵とじ<br>はりはりサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                        | 592             | カニクリームコロッケ<br>高野豆腐の卵とじ<br>はりはりサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ   | 716             | 中華丼<br>高野豆腐の卵とじ<br>はりはりサラダ<br>汁物<br>フルーツ      | 560             | ひき肉のカレー<br>高野豆腐の卵とじ<br>はりはりサラダ<br>汁物<br>フルーツ             | 699             | おぼろ昆布うどん<br>高野豆腐の卵とじ<br>はりはりサラダ<br>ご飯<br>フルーツ           | 421             |
| 28 | 月 | 豆腐ハンバーグ<br>のりじゃが<br>にんじんサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                           | 618             | アジの南蛮漬け<br>のりじゃが<br>にんじんサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ         | 567             | 焼肉丼<br>のりじゃが<br>にんじんサラダ<br>汁物<br>フルーツ         | 621             | シーフードカレー<br>のりじゃが<br>にんじんサラダ<br>汁物<br>フルーツ               | 650             | ちゃんぽんめん<br>のりじゃが<br>にんじんサラダ<br>ご飯<br>フルーツ               | 487             |
| 29 | 火 | ポークチャップ<br>しゅうまい<br>三色ナムル<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                             | 570             | 天津飯<br>しゅうまい<br>三色ナムル<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ               | 572             | ビビンバ丼<br>しゅうまい<br>三色ナムル<br>汁物<br>フルーツ         | 688             | シーフードカレー<br>しゅうまい<br>三色ナムル<br>汁物<br>フルーツ                 | 645             | 焼うどん<br>しゅうまい<br>三色ナムル<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ              | 495             |
| 30 | 水 | 鶏肉の照り焼き<br>がんもの煮物<br>スパサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ                                                                                                                                            | 692             | タラのきのこあんかけ<br>がんもの煮物<br>スパサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ       | 622             | 木の葉丼<br>がんもの煮物<br>スパサラダ<br>汁物<br>フルーツ         | 618             | シーフードカレー<br>がんもの煮物<br>スパサラダ<br>汁物<br>フルーツ                | 733             | 丸天そば<br>がんもの煮物<br>スパサラダ<br>ご飯<br>フルーツ                   | 538             |