

9月の献立表(令和7年)

2025年度

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 豚しゃぶおろしポン酢がけ ひじきとちくわの金平 オクラの塩昆布和え 清汁 463 キロカロリー おやつ/ チョコレートムース	2 肉団子と白菜の煮物 キャベツのカレー風味炒め インゲンの胡麻和え 味噌汁 455 キロカロリー おやつ/ いちごゼリー	3 白身魚の天ぷら甘酢あんかけ にがうりのソテー 小松菜と蒸し鶏のサラダ 味噌汁 563 キロカロリー おやつ/ シュークリーム	4 鶏肉と大根の煮物 茄子とピーマンの香味炒め きゅうりと竹輪の梅風味和え 味噌汁 554 キロカロリー おやつ/ 焼きドーナツ(豆乳)	5 麻婆豆腐 冬瓜のあんかけ 青梗菜とツナのサラダ 味噌汁 498 キロカロリー おやつ/ ワッフル	6 ぶりの照り焼き 高野豆腐の煮物 茶碗蒸し 味噌汁 458 キロカロリー おやつ/ ドームケーキ(いちご)
8 赤魚の味噌煮 インゲンとベーコンのソテー キャベツとわかめのツナ和え 味噌汁 492 キロカロリー おやつ/ レアチーズケーキ	9 豚肉の塩だれ炒め 里芋の炊き合わせ 切干大根のゴマドレサラダ 清汁 537 キロカロリー おやつ/ ブチクレープ	10 鶏じゃが 平天の甘辛炒め 茶碗蒸し 味噌汁 501 キロカロリー おやつ/ グレープゼリー	11 ポークビーンズ 春雨中華風炒め 大根とオクラの和風サラダ 味噌汁 558 キロカロリー おやつ/ 喫茶 はりま	12 天ぷら盛り合わせ 小松菜とかまぼこの煮浸し 紅白なます 味噌汁・五目御飯 547 キロカロリー おやつ/ 抹茶プリン	13 照り焼きチキン ひじき煮 インゲンのピーナツ和え 味噌汁 576 キロカロリー おやつ/ どん焼き
15 鶏肉と白菜の中華風煮 ピーマンと平天の炒め物 ほうれん草と卵のサラダ 味噌汁 479 キロカロリー おやつ/ りんごゼリー	16 鯖のカレームニエル ひじきと大豆の煮物 春雨マヨサラダ 味噌汁 513 キロカロリー おやつ/ 水ようかん	17 ハヤシライス ほうれん草とベーコンのソテー コールスローサラダ 味噌汁 689 キロカロリー おやつ/ ドームケーキ(チョコ)	18 白身魚のチーズ&ハーブパン粉焼き 豆腐とかにかまのとろとろ煮 茶碗蒸し 味噌汁 539 キロカロリー おやつ/ シュークリーム	19 鶏肉の治部煮 竹輪とピーマンの金平 白菜のごま和え 清汁 461 キロカロリー おやつ/ 焼きドーナツ(豆乳)	20 ゴーヤチャンプルー ほうれん草の煮浸し きゅうりとハムの中華和え 味噌汁 477 キロカロリー おやつ/ 紅茶ムース
22 カレーライス 厚揚げと小松菜の煮浸し ヨーグルト和え 味噌汁 751 キロカロリー おやつ/ どん焼き	23 鶏肉のハニーマスタード焼き スナッピースのバターソテー 茶碗蒸し 味噌汁 518 キロカロリー おやつ/ 抹茶プリン	24 鮭の塩焼き さつまいもとがんもの煮物 白菜の柚子胡椒和え 味噌汁 439 キロカロリー おやつ/ 水ようかん	25 肉団子の甘酢あんかけ 青梗菜と卵の炒め物 カリフラワーサラダ 清汁 568 キロカロリー おやつ/ いちごゼリー	26 豚肉と春雨の醤油炒め 茄子の炊き合わせ 大豆サラダ 味噌汁 553 キロカロリー おやつ/ 喫茶 はりま	27 白身魚のみぞれ煮 春巻き 小松菜と人参のナムル 味噌汁 489 キロカロリー おやつ/ ブチクレープ
29 さばの竜田揚げ チンゲン菜のオイスター炒め ピーマンとひじきの梅おかか和え 味噌汁 545 キロカロリー おやつ/ プリン	30 牛肉としらたきのチャブチエ風 小松菜と切干大根の煮浸し キャベツとかにかまのサラダ 味噌汁 594 キロカロリー おやつ/ シュークリーム	行事食 9月12日(金)は敬老の日メニューとして五目御飯・天ぷらの盛り合わせが出ます！ 今月の行事食もお楽しみに！！			

9月のレクリエーション・行事のお知らせ

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 足マッサージの日 グループリハビリ	2 コーラス ハーモニー 来 演	3 カラオケ グループリハビリ	4 書 道 グループリハビリ	5 顔のマッサージ 音楽療法	6 グループリハビリ
8 カラオケ グループリハビリ	9 カラオケ グループリハビリ	10 足マッサージの日 グループリハビリ	11 喫茶はりま	12 カラオケ グループリハビリ	13 グループリハビリ
15 秋の壁画製作 グループリハビリ	16 グループリハビリ	17 カラオケ グループリハビリ	敬老会		
22 グループリハビリ	23 グループリハビリ	24 グループリハビリ	25 カラオケ グループリハビリ	26 喫茶はりま	27 グループリハビリ
29 カラオケ グループリハビリ	30 顔のマッサージ 音楽療法	9月18日～20日 敬老会 今年もこの季節がやってきました！ 日頃の感謝の気持ちを込めて 職員が出し物をします。 何が起こるかわかりませんが 楽しみにしてください。			

