

ドリームⅠ 常食 献立だより 2026年9月



曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付		1	2	3	4	5	6
朝		ヨーグルト蒸しパン ほうれん草オムレツ いんげんとウインナーのポトフ 牛乳	テーブルロール 照り焼き風肉団子 マカロニサラダ 特製ココア	チキングラタンパン だし巻き卵 チンゲン菜とベーコンのスープ 牛乳	食パン ポロニアソーセージ じゃがいもと豚肉のトマトスープ 牛乳	バターロール さつまいもとオレンジのサラダ うまい菜とウインナーのスープ 牛乳	いちご風味パン 5品目具材の玉子焼き キャベツとなめこの麦味噌和え 特製ほうじ茶飲料
昼		ごはん 白身魚の山椒煮 大根と豚肉の炒め物 ひじきとれんこんのマヨサラダ 味噌汁(しろな・あさり) 白味噌仕立て	ごはん クリームチキン キャベツとツナのソテー 玉子どうふ 味噌汁(絹揚げ・大根菜)	ごはん 白身魚の生姜煮 松風焼き 味噌汁(豆腐)いりこ風味 高菜炒め	他人丼(豚肉) 卵の花 大根とコーンの和風ドレサラダ 味噌汁(あさり・キャベツ) ★丼メニュー★	ごはん 豚かつのおろしあんかけ 白菜と平天の炒め煮 ブロッコリーと油揚げの和え物 味噌汁(わかめ・人参)	ごはん 絹揚げの炊き合わせ 大根の金平 スパゲティサラダ 味噌汁(さつまいも・しいたけ) いりこ風味
お		もっちりたい焼きクリーム	コーヒー 誕生日ケーキ ★誕生日おやつ★	手作り黒糖まんじゅう(こしあん)	手作り抹茶プリン(ホイップクリーム添え)	手作り紅茶パウンドケーキ	フィナンシェ(プレーン)
夕		ごはん 豚肉のオイスター炒め やっこ(大葉味噌ダレ) ブロッコリーとちくわの塩ポン和え とろろ汁	ごはん 赤魚の焼き浸し 大豆とえびの煮物 小松菜と平天のわさび和え	ごはん 八宝菜 肉シューマイ ミルク寒天のあんずソースかけ	ごはん さわらの柚庵焼き 絹揚げの煮物 カリフラワーのマヨサラダ	ごはん ホッケの塩麹焼き 高野豆腐と豚肉のサイコロ煮 黄桃缶のピーチジュレ	ごはん ハンバーグ(野菜ソース) ベーコンと枝豆の塩バターソテー しろなと人参のピリ辛和え
計		エネ 1453 kcal 蛋白 60.7 g 脂質 46.4 g 食塩 6.39 g	エネ 1504 kcal 蛋白 64.9 g 脂質 50.9 g 食塩 6.44 g	エネ 1571 kcal 蛋白 59 g 脂質 57.2 g 食塩 7.29 g	エネ 1534 kcal 蛋白 59.4 g 脂質 58.7 g 食塩 7.09 g	エネ 1590 kcal 蛋白 57.7 g 脂質 54.7 g 食塩 7.16 g	エネ 1460 kcal 蛋白 43 g 脂質 56.2 g 食塩 6.52 g
日付	7	8	9	10			
朝	食パン ミートオムレツ クラムチャウダー 牛乳	クリームパン レモンチキン しろなと豚肉のスープ 牛乳	テーブルロール ジャーマンかぼちゃ(ベーコン) キャベツと鶏肉の豆乳スープ 牛乳	蒸しパン 千草焼き ひじきと豆のマヨサラダ カルシウムミルク			9月9日(水)昼食 ちらし寿司 重陽の節句  重陽の節句は五節句の一つで、数字の中で最も大きい「9」が重なることから、お祝いの日とされています。また、菊の節句とも呼ばれ、菊の花を飾ったり、菊酒を飲んだりして、健康や長寿を願う習慣があります。
昼	ごはん 蒸し鶏(梅ソース) キャベツとツナの炒め物 ポテトサラダ 味噌汁(豆腐)	きつねそば 大根と豚肉の利休煮 いんげんとコーンのスローサラダ ★麺メニュー★	ちらし寿司 なすの味噌炒め 白菜と油揚げの和え物 茶碗蒸し(鶏肉・枝豆) ★季節のちらし寿司★	ごはん 鶏肉のマスタード焼き 茎わかめと絹揚げの炒め煮 味噌汁(なす・巻麴)いりこ風味 手作りぶどうゼリー			
お	手作りぜんざい	手作りスイートポテト	手作りバナナ風味ゼリー	チョコワッフル			
夕	ごはん さばの南部焼き 豚肉の塩ダレ炒め 白菜と油揚げのピーナツ和え	ごはん 白身魚フライ(中濃ソース) ごぼうと鶏肉の炒り煮 もやしとちくわの香味ドレサラダ	ごはん 豚肉の山椒煮 やっこ(醤油) フルーツ(洋なし缶・黄桃缶)	ごはん 白身魚の唐揚げ(白ねぎソース) キャベツと豚肉の炒め物 うまい菜とちくわの梅かつお和え			
計	エネ 1481 kcal 蛋白 68.6 g 脂質 47.7 g 食塩 5.76 g	エネ 1474 kcal 蛋白 57.3 g 脂質 55.8 g 食塩 9.02 g	エネ 1470 kcal 蛋白 51.5 g 脂質 53.5 g 食塩 6.81 g	エネ 1504 kcal 蛋白 65.3 g 脂質 50.8 g 食塩 6.46 g			