




| | 令和2年 9月1日(火) | 9月2日(水) | 9月3日(木) | 9月4日(金) | 9月5日(土) | 9月6日(日) | 9月7日(月) | 9月8日(火) | 9月9日(水) | 9月10日(木) | 9月11日(金) | | |
|----|-----------------|------------------------|----------------|--------------|--|-------------------------------|----------------|----------------|---------------|--|--------------|--|--|
| 朝 | ご飯 | 雑炊 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | 雑炊 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | | |
| | 肉詰めいなりの含め煮 | 鶏肉と車麩の煮物 | 京がんもの煮物 | ポークチャップ | 海老団子の煮物 | いわしの蒲焼 | 豚肉と白菜の煮物 | ちくわと野菜の炒め煮 | 出し巻き卵 | 豆腐の餡かけ | ひき肉と小松菜の中華炒め | | |
| | 納豆 | 蓮根と胡瓜の和風和え | しろ菜のゆず和え | 青菜とえのきのお浸し | ツナマヨサラダ | もやしの和え物 | 納豆 | かぶのゆかり和え | 庄内麩の味噌煮 | 花野菜のおかか和え | オクラのわさび醤油和え | | |
| | きざみしば漬け | うめびしお | ふりかけ | ふりかけ | ゆずみそ | ふりかけ | 刻み胡瓜漬け | のり佃煮 | ふりかけ | ふりかけ | ふりかけ | | |
| | 味噌汁/牛乳 | 牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | | |
| 昼 | ご飯 | ◎郷土料理◎ ～山形県～ 芋煮汁 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | 秋野菜カレー | ◎セレクト食◎ | ご飯 | キャロット食パン | | |
| | 豚肉のガリボン炒め | | かじきのマスタード焼き | 厚揚げのさっぱり煮 | 挽肉とチンゲン菜の炒め物 | 豚肉のトマトソース | 若鶏の柚庵焼き | 生野菜サラダ | A:鮭のレモンバター風味 | 和風おろしハンバーグ | チキンステーキ | | |
| | 揚げなすの煮浸し | | ブロッコリーのガーリック炒め | いんげんの和え物 | 春雨の和え物 | 大根のサラダ | しろ菜のからし和え | 福神漬け | B:鶏肉のレモンバター風味 | ツナと白菜の胡麻サラダ | パンブキンサラダ | | |
| | 漬物 | ほっけの塩焼き | 漬物 | 漬物 | | つば漬け | 高菜漬け | コンソメスープ | きのこのピーナッツ和え | 漬物 | みかんジャム | | |
| | 清汁 | 野菜のじゃこ和え | クリームポタージュ | 味噌汁 | | コーンスープ | 味噌汁 | | パンブキンスープ | 味噌汁 | コンソメスープ | | |
| 夕 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | | |
| | 鯖の味噌煮 | チキンカツ | 肉豆腐 | 鯨の梅煮 | かれのいも葉味蒸し | 豆腐のふわふわ卵とじ | 鯖の塩こうじ焼き | 赤魚の有馬焼き | 牛肉の焼肉風炒め | 白身魚フライ | 鯨の照り焼き | | |
| | なます | チンゲン菜のソテー | もずく酢 | 白滝のたらこ和え | ピーマン炒め | 小松菜とひじき炒め | 海老のマリネ | 大根のそぼろ煮 | ナムル | 春菊の酢味噌和え | きざみ昆布の炒り煮 | | |
| | 人参ゼリー | 牛乳寒天 | バナナ | 白桃のコンポート | みかんのコンポート | 洋梨のコンポート | りんごのコンポート | 杏仁豆腐 | 人参ゼリー | ブルーツカクテル | パイ | | |
| | 漬物 | うぐいす豆 | 漬物 | 昆布佃煮 | しば漬け | 漬物 | 桜大根 | 昆布佃煮 | つば漬け | 漬物 | 漬物 | | |
| | 9月12日(土) | 9月13日(日) | 9月14日(月) | 9月15日(火) | 9月16日(水) | 9月17日(木) | 9月18日(金) | 9月19日(土) | 9月20日(日) | 9月21日(月) | 9月22日(火) | | |
| 朝 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | 雑炊 | ご飯 | ご飯 | 雑炊 | ご飯 | | |
| | 厚揚げの煮物 | 鶏肉の野菜炒め | 卵と木耳の炒め物 | 豚大根 | 和風チャンプル | 肉団子のコンソメ煮 | 魚肉ソーセージのソテー | 鶏肉の煮物 | ミネストローネ | そぼろあんかけ | さつま揚げの炒め物 | | |
| | なめたけおろし | インゲンのクल्ミ和え | キャベツのゆかり和え | カリフラワーの昆布和え | 牛蒡と胡瓜のポン酢和え | ピーマンソテー | 青菜としらすのゆず風味和え | 納豆 | ハンペンと野菜の炒め物 | 水菜のおろし醤油和え | 茄子の生姜和え | | |
| | うめびしお | ふりかけ | ふりかけ | ふりかけ | ふりかけ | ふりかけ | 金山寺味噌 | 刻みつば漬け | ふりかけ | のり佃煮 | ふりかけ | | |
| | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 牛乳 | 味噌汁/牛乳 | | |
| 昼 | ご飯 | ご飯 | 胚芽ロール | ご飯 | 親子丼 | ◎郷土料理◎ ～山形県～ おつきりこみ風うどん | ご飯 | ご飯 | ご飯 | 季節食 | ご飯 | | |
| | 鯖の香味だれ | 肉団子の黒酢あん | ビーフシチュー | たら和風ムニエル | ホウレン草のわさび和え | | 豚肉の和風ソテー | 鯛の生姜煮 | ほきのきのこ餡かけ |  | 筑前煮 | | |
| | 切干大根の炒め煮 | もやしのピリ辛和え | シェルマカロニサラダ | 豆苗の胡麻和え | しば漬け | 南瓜のそぼろあん | ブロッコリーのガーリック炒め | 海老と青梗菜炒め | 里芋の味噌煮 | | 小松菜のお浸し | | |
| | 漬物 | ザーサイ | いちごジャム | 漬物 | 清汁 | 海老と三つ葉のおろし和え | 漬物 | 高菜漬け | 漬物 | | しば漬け | | |
| | きのこのクリームポタージュ | 中華スープ | コンソメスープ | コーンスープ | | | クリームポタージュ | 味噌汁 | 清汁 | | 味噌汁 | | |
| ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | | ご飯 | | |
| 夕 | 豚肉の四川風炒め | かじきの香草パン粉焼き | 鯨の梅煮 | 牛肉コロッケ | ソイのもろみ焼き | 鯖のしそ香味焼き | 擬製豆腐 | 千草焼き | 手作りつくね | 肉野菜炒め | 鯖の塩焼き | | |
| | ブロッコリーサラダ | 金平ごぼう | れんこんの高菜炒め | 五目ひじき | 桜えびと白菜の炒め物 | 春雨サラダ | 大根の和え物 | さつまいものヨーグルトサラダ | 白菜の酢の物 | しらすの和え物 | レバーの煮付け | | |
| | オレンジ | フルーチェ(葡萄) | 黄桃のコンポート | キウイ | きゅう | りんご | 人参ゼリー | バナナ | みかんのコンポート | 人参ゼリー | パイ | | |
| | うぐいす豆 | 漬物 | 漬物 | つば漬け | 昆布佃煮 | うぐいす豆 | 漬物 | 漬物 | 漬物 | 桜大根 | 漬物 | | |
| | | 9月23日(水) | 9月24日(木) | 9月25日(金) | 9月26日(土) | 9月27日(日) | 9月28日(月) | 9月29日(火) | 9月30日(水) | 管理栄養士よりコメント | | | |
| 朝 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | 朝、一杯の牛乳の威力  | | | |
| | 小松菜とウィンナーの炒め物 | 肉じゃが | いわしの蒲焼 | ちくわと大根の炒め煮 | スクランブルエッグ | ベーコンとブロッコリーソテー | 厚揚げとキャベツのバター炒め | はんぺんの炒め煮 | | | | | |
| | 納豆 | キャベツのわさび和え | インゲンのピーナッツ和え | うの花 | オクラのおかか和え | うまい菜のクल्ミ和え | カリフラワーのゆず風味 | 納豆 | | | | | |
| | 刻みつば漬け | たいみそ | ふりかけ | ふりかけ | ふりかけ | ふりかけ | ふりかけ | うめびしお | | | | | |
| | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | 味噌汁/牛乳 | | | | | |
| 昼 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | お楽しみ献立 | | ご飯 | ご飯 | ご飯 | | | | |
| | カレイのバター醤油風味 | 豚肉の生姜焼き | 鶏肉と白滝の山椒炒め | 回鍋肉 |  | | 鶏とだいこんの甘辛炒め | デミソースオムレツ | 鶏の唐揚げ | | | | |
| | 厚揚げの炒め煮 | 蓮根と胡瓜のさっぱり和え | 花野菜のサラダ | 青菜の中華和え | | | 白菜の胡麻和え | 春雨の和風和え | マカロニサラダ | マカロニサラダ | | | |
| | 漬物 | 高菜漬け | 漬物 | ザーサイ | | | 漬物 | 漬物 | 漬物 | 漬物 | ブルーベリージャム | | |
| | 味噌汁 | パンブキンスープ | 味噌汁 | 中華スープ | | | 味噌汁 | 味噌汁 | クリームポタージュ | コンソメスープ | コンソメスープ | | |
| ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | | | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | | | |
| 夕 | 鶏肉とキャベツの中華炒め | 鱈のカレー風味焼き | 自家製ひりょうず | 鯖の漬け焼き | 鶏肉のイタリアンソース | 黄金かれのいも梅焼き | 赤魚の煮付け | ハムのマリネ | | | | | |
| | ブロッコリーのクリーム煮 | 昆布の煮物 | さつま芋のレモン煮 | ごまきのこ | 胡瓜の土佐酢和え | ぜんまいの煮物 | ひじき煮 | オレンジ | | | | | |
| | 洋梨のコンポート | オレンジ | 黄桃のコンポート | デザートムース(ピーチ) | 白桃のコンポート | りんご | 洋梨のコンポート | らっきょう | | | | | |
| | うぐいす豆 | 漬物 | 漬物 | 漬物 | 漬物 | 漬物 | しば漬け | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

*メニューは変更になる場合がございます。予めご了承下さい