

2026年

9 月献立表

つくしの里 大豆島

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
昼		ホキチーズ焼き コンソメキャベツ ブロッコリーマヨ和え	豆腐ハンバーグ かぼちゃ甘辛煮 きのこ香味和え	ブリ味噌煮 豚肉れんこん炒め おくらとちくわのポン酢和え	親子煮 がんと野菜あんかけ キャベツ塩昆布	アジ塩焼き なすと豚肉のみそ炒め 大学かぼちゃ	ポークチャップ スパゲッティサラダ グラッセ
タ		鶏肉西京焼き 高野揚げ煮 小松菜煮びたし	メバルバター醤油 鶏ごぼう わかめサラダ	ハムカツ ほうれん草ツナサラダ いんげんソテー	カレーごまだれ さつま煮 青菜えのき和え	鶏肉パン粉焼き じゃがいもカレー炒め キャベツ酢漬け	赤魚唐揚げ 鶏大根 ピリ辛きゅうり
	7	8	9	10	11	12	13
昼	メルルーサフリッター 厚揚げトマト煮 切干大根サラダ	豚しゃぶ なす揚げびたし 小松菜ナムル	メバル揚げ煮 大根煮物 おくら塩昆布和え	メンチカツ ポテトサラダカレー風味 もやしソテー	天津 中華サラダ 大学いも	チーズと大葉の竜田揚げ 車麩煮物 キャベツとツナのわさび醤油	ホキ磯部揚げ 里芋ゆずみそがけ ブロッコリーおひたし
タ	麻婆豆腐 かぼちゃごま和え 土佐キャベツ	サワラ味噌漬け 磯部揚げ れんこんきんぴら	ロールキャベツ きのこじゃがバター炒め ブロッコリーハムサラダ	ブリ照り焼き 麩の卵とじ 酢の物	豚肉ときのこのおろしポン酢 里芋煮物 ほうれん草梅和え	ホッケ塩焼き 野菜炒め さつま揚げゆかり揚げ	チキンステーキ かぼちゃサラダ 青菜ソテー
	14	15	16	17	18	19	20
昼	豚井 高野卵とじ なめ茸和え	アジ梅しそフライ かぼちゃ含め煮 おくらときゅうりのおかかポン酢和え	春巻き ブロッコリーかにかまあんかけ もやしナムル	ブリ漬け焼き 大根がんと煮 小松菜と卵の中華炒め	チキン照り焼き 厚揚げ煮物 ブロッコリー塩昆布和え	シルバームニエル 野菜のコンソメ煮 カレー粉ふきいも	生姜焼き 青菜白和え かにかまときゅうりの酢の物
タ	サゴシカレー竜田 五目ビーフン ツナキャベツ	ハヤシ マカロニサラダ セロリソテー	メバル煮つけ チャンプルー ごぼうサラダ	鶏チリ グリーンサラダ きのこ佃煮	かにコロケ 青菜サラダ ひじき煮	肉団子酢豚風 春雨サラダ ほうれん草おひたし	アジパン粉焼き ジャーマンポテト フレンチサラダ
	21	22	23	24	25	26	27
昼	ふわふわ揚げ 切干大根はりはり漬け さつまいも甘辛煮	鶏唐揚げ ポテトサラダ 切干大根煮	マス塩焼き 揚げじゃが煮 きんぴらごぼう	鶏のちゃんちゃん焼き 高野煮物 ほうれん草おかか和え	サワラカレームニエル ビーンズサラダ ブロッコリーソテー	焼肉 大根と油揚げの炒め煮 のりナムル	白身魚フライ かぼちゃそぼろあん おくら梅和え
タ	キーマカレー えびとブロッコリーのサラダ わかめソテー	ブリ幽庵焼き 里芋そぼろあん 海藻サラダ	あんかけ餃子 焼きそば 大根とツナのわさび醤油和え	サバフライ 五目ひじき 青菜ごま和え	鶏南蛮 春雨中華サラダ 小松菜おひたし	赤魚西京漬け ごぼう時雨煮 わかめとかにかまのマヨサラダ	きのこハンバーグ ナポリタン コールスローサラダ
	28	29	30				
昼	肉焼売 さつまいもサラダ 青菜からし和え	ブリ竜田揚げ 麻婆春雨 ちくわナムル	とんかつ ツナサラダ いんげんごま和え				
タ	メルルーサピカタ ポークビーンズ セロリサラダ	ポークカレー ブロッコリーベーコン炒め きのこマリネ	アジ山椒焼き 揚げ豆腐きのこあん 切干大根ツナサラダ	※材料仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。			