# 令和8年9月献立表（夕食）彩菜ランチ0978-69-0005 秀渓園0978-69-0101

| 令和8年8月31日(月) | 令和8年9月1日(火) | 令和8年9月2日(水) | 令和8年9月3日(木) | 令和8年9月4日(金) |
|---|---|---|---|---|
| | 白ご飯<br>鶏肉の磯辺揚げ<br>ツナカマサラダ<br>刻み昆布と厚揚げの煮物<br>なすピーいため<br>ちくわの卵とじ | 白ご飯<br>魚の竜田揚げ<br>きゃべつとささみのみそマヨあえ<br>いり鶏<br>豆腐ときのこのうま煮<br>えのきの梅おろし和え | 白ご飯<br>コロッケ<br>切り干しマヨサラダ<br>小松菜のおろしあえ<br>白和え<br>卵の袋煮 | 白ご飯<br>さばの味噌煮<br>ハムともやしのマヨ炒め<br>じゃが芋と人参のベーコン煮<br>ねぎの酢味噌あえ<br>煮豆 |
| **令和8年9月7日(月)** | **令和8年9月8日(火)** | **令和8年9月9日(水)** | **令和8年9月10日(木)** | **令和8年9月11日(金)** |
| 白ご飯<br>肉巻きポテト<br>昆布と大豆煮<br>きゅうりとかにかまのごま酢あえ<br>さつま芋のレモン煮<br>にら玉 | 白ご飯<br>あじのしそ巻き天ぷら<br>しめじとチンゲン菜の卵炒め<br>ささみと油揚げの酢の物<br>おからの五目煮<br>ツナとにらのナムル | 白ご飯<br>豆腐ステーキ五目あんかけ<br>大根ごまサラダ<br>人参とひき肉の香味炒め<br>ハムともやしの卵炒め<br>大学芋 | 白ご飯<br>魚の煮付け<br>中華風マカロニサラダ<br>ちくわと人参の青のり炒め<br>厚揚げのそぼろ煮<br>酢の物 | 白ご飯<br>鶏肉の竜田揚げ<br>かにかまと青菜の三色あえ<br>ツナのコールスロー<br>切り干し大根の洋風煮<br>おひたし |
| **令和8年9月14日(月)** | **令和8年9月15日(火)** | **令和8年9月16日(水)** | **令和8年9月17日(木)** | **令和8年9月18日(金)** |
| 白ご飯<br>魚のフライ<br>キャベツとちくわのみそマヨあえ<br>切り干し大根の炒り煮<br>えのきとしめじのおろしあえ<br>伴三糸 | 白ご飯<br>照り焼きチキンロール<br>マカロニサラダ<br>きのことベーコンのマリネ<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>豆苗とにんじんのナムル | 白ご飯<br>魚のごま焼き<br>ツナと大根のサラダ<br>ひじきの三色ナムル<br>豆腐の卵とじ<br>もやしとゆで豚のゆかりあえ | 白ご飯<br>肉じゃが<br>ツナサラダ<br>卵の花煮<br>スクランブルエッグ<br>切干大根のごまあえ | 白ご飯<br>魚の照り焼き<br>スィートサラダ<br>無限ピーマン<br>いり豆腐<br>煮豆 |
| **令和8年9月21日(月)** | **令和8年9月22日(火)** | **令和8年9月23日(水)** | **令和8年9月24日(木)** | **令和8年9月25日(金)** |
| 敬　老　の　日 | 国　民　の　休　日 | 秋　分　の　日 | 白ご飯<br>いか磯辺揚げ<br>春雨の酢の物<br>高野とうふの甘辛煮<br>かぼちゃの煮物<br>にら玉 | 白ご飯<br>肉とうふ<br>ちくわのからしマヨあえ<br>きゃべつと人参の和風サラダ<br>もやしと豚肉のチャンプルー<br>ごま和え |
| **令和8年9月28日(月)** | **令和8年9月29日(火)** | **令和8年9月30日(水)** | **令和8年10月1日(木)** | **令和8年10月2日(金)** |
| 白ご飯<br>鮭の中華風照り煮<br>春雨のサラダ<br>ひじきの炒り煮<br>きゅうりとえのきのワサビあえ<br>カニ玉 | 白ご飯<br>鶏肉のピカタ<br>ポテトサラダ<br>大根なます<br>人参しりしり<br>ひじきと人参のごまあえ | 白ご飯<br>魚の塩焼き<br>コールスローサラダ<br>わかめとえのきのしょうが炒め<br>ナムル<br>キャベツとツナの玉子炒め | | |

※お米は、武蔵町産特別栽培米（化学合成農薬50%以下）を使用しています。食材の都合により献立の内容が変わることがあります。