

※マヨネーズ、てんぷら粉、加工品は卵不使用のものを使用しています。

2025年 9月 献立表(1日～15日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	月	ごはん ポークチャップ ブロッコリーサラダ こんにやく甘辛炒め すまし汁	バナナ	フルーチェ お茶	●米●豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン ●ブロッコリー、人参、ツナ ●板こんにやく ●白菜、しめじ、おつゆ麩●バナナ ◆フルーチェ
2	火	ごはん 魚磯揚げ 小松菜和え物 じゃがいも照り焼き 味噌汁	オレンジ	きつねおにぎり お茶	●米●赤魚、青のり ●小松菜、人参、えのき、かつお節 ●じゃがいも●木綿豆腐、玉ねぎ、わかめ ●オレンジ ◆米、油揚げ、人参
3	水	ごはん 鶏肉レモン焼き キャベツしらす和え 切干大根煮物 スープ	 ぶどう	ココアクッキー スキムミルク	●米●鶏肉、レモン果汁、しょうが ●キャベツ、きゅうり、しらす干し ●切干大根、人参、油揚げ ●チンゲン菜、もやし、ねぎ●ぶどう ◆小麦粉、ココア、バター、スキムミルク
4	木	ゆかりごはん 魚西京焼き ほうれん草のり和え かぼちゃ天ぷら すまし汁	梨	コーンフレーク 牛乳	●米、ゆかりふりかけ●カラスカレイ、しょうが、ごま ●ほうれん草、もやし、ひじき、刻みのり ●かぼちゃ、てんぷら粉 ●玉ねぎ、人参、わかめ●梨 ◆コーンフレーク
5	金	ごはん ハンバーグ わかめナムル 金平ごぼう 味噌汁	オレンジ	黒糖ぱん スキムミルク	●米●豚ひき肉、玉ねぎ、人参、脱脂粉乳、木綿豆腐、パン粉 ●わかめ、きゅうり、もやし、ごま ●ごぼう、人参、糸こんにやく ●小松菜、玉ねぎ、なめこ●オレンジ ◆黒糖ぱん
6	土	ドライカレー スープ	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが にんにく、カレー粉 ●キャベツ、木綿豆腐、えのき●バナナ
7	日	 			
8	月	ごはん ブルコギ風炒め物 白菜ごま和え ちくわしょうゆマヨ炒め スープ	りんご 	カップケーキ スキムミルク	●米●豚肉、玉ねぎ、もやし、人参、ニラ、にんにく ●白菜、きゅうり、わかめ、ごま ●ちくわ●春雨、玉ねぎ、しめじ ●りんご ◆ホットケーキミックス、レーズン、バター、スキムミルク
9	火	ごはん 魚ポテト焼き チンゲン菜ゆかり和え 厚揚げ煮物 味噌汁	バナナ	ヨーグルト せんべい お茶	●米●カラスカレイ、じゃがいも、人参、パセリ粉、粉チーズ ●チンゲン菜、人参、もやし、ゆかりふりかけ ●厚揚げ ●切干大根、玉ねぎ、ねぎ●バナナ ◆ヨーグルト、スキムミルク◆ぱりんこ
10	水	ごま塩ごはん つくねあんかけ 小松菜和え物 マカロニサラダ スープ	ぶどう	きな粉ラスク オレンジ スキムミルク	●米、ごま塩ふりかけ●鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ スキムミルク、しょうが ●小松菜、もやし ●マカロニ、きゅうり、ツナ ●キャベツ、人参、しめじ●ぶどう ◆おつゆ麩、きな粉、バター◆オレンジ
11	木	ごはん 魚塩焼き ひじき和風和え さつまいもスティック 味噌汁	梨	ウインナーパイ スキムミルク	●米●鮭 ●ひじき、ほうれん草、人参、かつお節、ツナ、刻みのり ●さつまいも ●木綿豆腐、玉ねぎ、わかめ●梨 ◆パイシート、ウインナー
12	金	ごはん 鶏肉パン粉焼き やみついきゅうり 金時豆煮物 すまし汁	バナナ	黒糖クッキー スキムミルク	●米●鶏肉、パン粉、パセリ粉 ●きゅうり、もやし、わかめ●金時豆 ●白菜、えのき、ねぎ●バナナ ◆小麦粉、バター、脱脂粉乳、黒糖
13	土	焼きそば 味噌汁	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆで中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし、人参 かつお節、青のり ●木綿豆腐、しめじ、わかめ●オレンジ
14	日	 			
15	月	 敬老の日 			

2025年 9月 献立表(16日～30日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
16	火	ハヤシライス キャベツおかか和え かぼちゃサラダ	りんご	うずまきパイ スキムミルク	●米、豚肉、玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、ピーマン ハヤシルウ、スキムミルク ●キャベツ、人参、かつお節 ●かぼちゃ、きゅうり●りんご ◆パイシート、こしあん
17	水	ごはん さつま揚げ チンゲン菜和え物 チーズ 味噌汁	オレンジ	スイートポテト スキムミルク	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、コーン、しょうが スキムミルク●チンゲン菜、もやし、油揚げ、ごま ●チーズ●キャベツ、人参、ねぎ●オレンジ ◆さつまいも、バター、スキムミルク
18	木	ごはん 鶏すき煮 切干大根サラダ さつまいもレモン煮	バナナ	ゼリー ビスコ お茶	●米●鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、しらたき、焼き豆腐 ねぎ、おつゆ麴 ●切り干し大根、きゅうり、ツナ ●さつまいも、レモン果汁●バナナ ◆かんてんぱば◆ビスコ
19	金	ごはん 魚チリソースかけ もやし中華和え ゆでウインナー すまし汁	梨	セサミクッキー スキムミルク	●米●赤魚、玉ねぎ、小麦粉 ●もやし、チンゲン菜、人参、ごま ●ウインナー●おつゆ麴、人参、しめじ●梨 ◆小麦粉、ごま、バター、スキムミルク
20	土	中華丼 スープ	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、豚肉、白菜、もやし、人参、しめじ、赤板かまぼこ しょうが●玉ねぎ、大根、ねぎ ●バナナ
21	日				
22	月	わかめごはん 豚大根 春雨酢の物 じゃがいも金平	りんご	こまつなおにぎり お茶	●米、わかめふりかけ ●豚肉、大根、玉ねぎ、人参、厚揚げ、いんげん ●春雨、、きゅうり、わかめ ●じゃがいも、人参、糸こんにゃく●りんご ◆米、小松菜、ツナ、ごま
23	火	秋分の日			
24	水	ごはん タンドリーフィッシュ ゆでブロッコリー 五目豆煮物 すまし汁	梨	ジャムサンド スキムミルク	●米●カラスカレイ、ヨーグルト、しょうが、カレー粉 ●ブロッコリー ●大豆、ひじき、人参、ちくわ、こんにゃく ●大根、玉ねぎ、わかめ●梨 ◆食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム
25	木	おかかごはん ささ身かつ マセドアンサラダ きのこソテー スープ ひとくちゼリー	お誕生会		●米、かつお節、ごま●鶏ささみ、パン粉、小麦粉 ●さつまいも、きゅうり、人参 ●しめじ、エリンギ、ほうれん草、バター ●キャベツ、玉ねぎ、コーン●ひとくちゼリー ◆かんてんぱば、スキムミルク、みかん缶、コーンフレーク ホイップクリーム
26	金	ごはん 魚香味焼き 小松菜変わり和え 高野豆腐煮物 味噌汁	オレンジ	りんごケーキ スキムミルク	●米●赤魚、しょうが、にんにく、ねぎ、ごま ●小松菜、人参、ウインナー ●高野豆腐●かぼちゃ、玉ねぎ、わかめ ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、りんご、バター、スキムミルク
27	土	わかめうどん じゃがいもそぼろ煮	りんご	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆでうどん、わかめ、人参、油揚げ、赤板かまぼこ、ねぎ ●じゃがいも、鶏ひき肉、しょうが ●りんご
28	日				
29	月	ごはん カレー麻婆豆腐 ころころサラダ キャベツツナ和え	梨	じゃこトースト スキムミルク	●米●豚ひき肉、木綿豆腐、人参、玉ねぎ、ピーマン しょうが、カレー粉 ●大豆、きゅうり、コーン、ちくわ、ごま ●キャベツ、人参、ツナ●梨 ◆食パン、しらす干し、青のり
30	火	ごはん 魚味噌チーズ焼き ひじき白和え こんにゃく土佐煮 スープ	バナナ	さつまいもケーキ スキムミルク	●米●鮭、玉ねぎ、ピーマン ●ひじき、ほうれん草、人参、木綿豆腐 ●こんにゃく、かつお節 ●白菜、もやし、人参●バナナ ◆ホットケーキミックス、さつまいも、スキムミルク

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。