



2025年9月の予定献立表



日	献立名	使用材料	栄養量	
1 月	ご飯	精白米	熱量	381 kcal
	あじのフライ	あじ、鶏卵、パン粉、中濃ソース	蛋白	15.6 g
	ほうれん草のハムサラダ	ほうれん草、にんじん、ローズハム、ﾌﾟﾛｯﾃﾞ'ﾚｯｼﾝｸﾞ	脂質	11.8 g
	パイン缶	パイン缶	塩分	1.4 g
2 火	コンソメスープ（インゲン）	いんげん、まいたけ		
	スパゲティミートソース	スパゲティ、豚肉、玉ねぎ、にんじん、グリンピース、カットトマト缶、ケチャップ、ウスターソース、スキムミルク	熱量	369 kcal
	ブロッコリーサラダ	ツナ缶、ブロッコリー、カリフラワー、シーザードレッシング	蛋白	17.2 g
	オレンジ	オレンジ	脂質	11.3 g
3 水	コンソメスープ（じゃが芋）	じゃがいも、きゃべつ	塩分	1.1 g
	麦ご飯	精白米、押し麦	熱量	367 kcal
	タンドリーチキン	鶏もも肉、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉、にんにく、しょうが	蛋白	17.3 g
	小松菜としめじの和え物	こまつな、油揚げ、しめじ	脂質	9.0 g
4 木	白桃缶	白桃缶	塩分	1.4 g
	味噌汁（さつまいも）	さつまいも、長葱		
	ふりかけご飯	精白米、ふりかけ	熱量	444 kcal
	豚肉とキャベツのうま煮	豚小腿肉、厚揚げ、きゃべつ、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、ごま油、片栗粉	蛋白	15.6 g
5 金	春雨の和え物	はるさめ、カニカマ、もやし、きゅうり、ごま油	脂質	11.2 g
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、スキムミルク、洋なし缶	塩分	1.3 g
	ご飯	精白米	熱量	384 kcal
	鶏肉のから揚げ	鶏もも、しょうが、にんにく、片栗粉	蛋白	16.5 g
8 月	和風大根サラダ	ズッキーニ、しめじ、にんじん、焼竹輪、ごま	脂質	12.4 g
	カルシウムウエハース	骨にカルシウムウエハース	塩分	1.3 g
	味噌汁（なめこ）	なめこ、万能ねぎ		
	ご飯	精白米	熱量	369 kcal
9 火	白身魚の甘辛揚げ	バサ、片栗粉、ごま	蛋白	12.2 g
	チンゲン菜ソテー	チンゲン菜、エリンギ、ベーコン	脂質	9.7 g
	りんご缶	りんご缶	塩分	1.3 g
	味噌汁（里芋）	さといも、にんじん		
10 水	ご飯	精白米	熱量	358 kcal
	鶏肉の味噌焼き	鶏もも	蛋白	19.4 g
	大豆の五目煮	大豆水煮、にんじん、こんにゃく、乾燥ひじき、むき枝豆	脂質	7.8 g
	みかん缶	みかん缶	塩分	1.5 g
11 木	すまし汁（お麩）	小町麩、おくら		
	カレーライス	精白米、豚小腿、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク	熱量	439 kcal
	花野菜サラダ	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん	蛋白	15.7 g
	バナナ	バナナ	脂質	11.7 g
12 金	コンソメスープ（きゃべつ）	きゃべつ、ホールコーン	塩分	1.8 g
	ご飯	精白米	熱量	431 kcal
	ローストチキン	鶏もも	蛋白	19.0 g
	ほうれん草の納豆和え	ひきわり納豆、ほうれん草、にんじん	脂質	11.8 g
15 月	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、スキムミルク、黄桃缶	塩分	1.1 g
	けんちん汁	大根、絹豆腐、さといも、にんじん、長葱、油揚げ		
	ご飯	精白米	熱量	392 kcal
	肉豆腐	木綿豆腐、豚もも肉、玉ねぎ、にんじん、絹さや	蛋白	18.0 g
16 火	ツナサラダ	ツナ缶、いんげん、にんじん、ﾌﾟﾛｯﾃﾞ'ﾚｯｼﾝｸﾞ	脂質	11.2 g
	白桃缶	白桃缶	塩分	1.4 g
	味噌汁（青梗菜）	チンゲン菜、じゃがいも		
	ロールパン	バターロール	熱量	405 kcal
16 火	あじのフライ	あじ、鶏卵、パン粉、中濃ソース	蛋白	19.9 g
	ほうれん草のハムサラダ	ほうれん草、にんじん、ローズハム、ﾌﾟﾛｯﾃﾞ'ﾚｯｼﾝｸﾞ	脂質	19.2 g
	パイン缶	パイン缶	塩分	1.5 g
	牛乳	牛乳		



敬老の日



日	献立名	材 料 名	栄養量	
17 水	麦ご飯	精白米、押し麦	熱量	367 kcal
	タンドリーチキン	鶏もも肉、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉、にんにく、しょうが	蛋白	17.3 g
	小松菜としめじの和え物	小松菜、油揚げ、しめじ	脂質	9.0 g
	白桃缶	白桃缶	塩分	1.4 g
18 木	味噌汁（さつまいも）	さつまいも、長葱		
	ふりかけご飯	精白米、ふりかけ	熱量	444 kcal
	豚肉とキャベツのうま煮	豚小腿肉、厚揚げ、きゃべつ、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、ごま油、片栗粉	蛋白	15.6 g
	春雨の和え物	はるさめ、カニカマ、もやし、きゅうり、ごま油	脂質	11.2 g
19 金	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、スキムミルク、洋なし缶	塩分	1.3 g
	ご飯	精白米	熱量	363 kcal
	鶏肉のから揚げ	鶏もも、しょうが、にんにく、片栗粉	蛋白	16.4 g
	和風大根サラダ	ズッキーニ、しめじ、にんじん、焼竹輪、ごま	脂質	10.6 g
22 月	オレンジ	オレンジ	塩分	1.3 g
	味噌汁（なめこ）	なめこ、万能ねぎ		
	ご飯	精白米	熱量	369 kcal
	白身魚の甘辛揚げ	バサ、片栗粉、ごま	蛋白	12.2 g
23 火	チンゲン菜ソテー	チンゲン菜、エリンギ、ベーコン	脂質	9.7 g
	りんご缶	りんご缶	塩分	1.3 g
	味噌汁（里芋）	さといも、にんじん		
	🍇・🍎・🍊・🍋・🍌・秋分の日 🍇・🍎・🍊・🍋・🍌			
24 水	カレーライス	精白米、豚小腿、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク	熱量	439 kcal
	花野菜サラダ	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん	蛋白	15.7 g
	バナナ	バナナ	脂質	11.7 g
	コンソメスープ（きゃべつ）	きゃべつ、ホールコーン	塩分	1.8 g
25 木	ご飯	精白米	熱量	431 kcal
	ローストチキン	鶏もも	蛋白	19.0 g
	ほうれん草の納豆和え	ひきわり納豆、ほうれん草、にんじん	脂質	11.8 g
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、スキムミルク、黄桃缶	塩分	1.1 g
26 金	けんちん汁	大根、絹豆腐、さといも、にんじん、長葱、油揚げ		
	🏠・🏀・🏈・🏊・🏉・🏐・🏑・🏓・🏹・🎯・🎾・🎮・🎯・🎾・🎮・🎯・🎾・🎮			
	運動会			
29 月	ご飯	精白米	熱量	381 kcal
	あじのフライ	あじ、鶏卵、パン粉、中濃ソース	蛋白	15.6 g
	ほうれん草のハムサラダ	ほうれん草、にんじん、ローズハム、ﾌﾟﾛｯﾃﾞ'ﾚｯｼﾝｸﾞ	脂質	11.8 g
	パイン缶	パイン缶	塩分	1.4 g
30 火	コンソメスープ（インゲン）	いんげん、まいたけ		
	ご飯	精白米	熱量	358 kcal
	鶏肉の味噌焼き	鶏もも	蛋白	19.4 g
	大豆の五目煮	大豆水煮、にんじん、こんにゃく、乾燥ひじき、むき枝豆	脂質	7.8 g
	みかん缶	みかん缶	塩分	1.5 g
	すまし汁（お麩）	小町麩、おくら		

※献立は材料仕入の都合により変更することがあります。

㊤株式会社ケイ・エフ・ケイ

