



2026年9月 月間献立表 第二清風園(ソフト食)



	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)
朝食	○全粥 ○ハムのコンソメ煮 ○大根のサラダ ○Caヨーグルト ○うめびしお ○味噌汁	○全粥 ○えびのバター醤油煮 ○ほうれん草の柚子和え ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○味噌汁	○全粥 ○チキンのトマト煮 ○枝豆のゆずサラダ ○Caヨーグルト ○たいみそ ○清汁	○全粥 ○白身魚ステーキ風 ○コーンの胡麻サラダ ○Caヨーグルト ○ゆずみそ ○清汁	○全粥 ○厚揚げの旨塩煮 ○トマトの梅ドレ和え ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○味噌汁	○玉子粥 ○人参の煮浸し ○ブロッコリーのドレ和え ○Caヨーグルト	○全粥 ○高野豆腐の煮物 ○コーンのゆずサラダ ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○味噌汁
昼食	○全粥 ○鯖の煮付け風 ○南瓜のはちみつがけ ○トマトのドレ和え	○全粥 ○鶏肉の胡麻だれがけ ○昆布煮 ○小松菜の辛子和え	○全粥 ○鮭の三色丼風 ○筍の塩炒め風 ○かぼちゃのポン酢和え	○パン粥 ○ピーマンチュー風 ○玉葱の炒め物 ○パプリカのマヨ醤油和え	○全粥 ○八宝菜風 ○キャベツのコンソメ煮 ○人参のドレ和え	○全粥 ○ぶりの梅焼き風 ○さつま芋の甘辛煮 ○枝豆の甘酢和え	○郷土料理 福岡 ○全粥 ○がめ煮風 福岡 ○ブロッコリーの炒め物 ○大根の浅漬け風 ○苣苔ムース
食	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○チョコレートプリン	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○ピーチジュース	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○リンゴムース	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○ミルクティ	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○水ようかん	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○オレンジムース	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○乳酸菌ウォーター
夕食	○全粥 ○厚揚げのうま煮 ○キャベツの炒め物 ○コーンの青じそ和え	○全粥 ○ぶりの西京焼き ○人参のきんぴら ○ブロッコリーサラダ	○全粥 ○豚肉のオニオン炒め ○ごぼうの煮浸し ○キャベツのフリフリ炒め	○全粥 ○高野のうま煮 ○南瓜の含め煮 ○いんげんのお浸し風	○全粥 ○白身魚の甘酢ソース ○かぼちゃの煮浸し ○コーンサラダ	○全粥 ○牛肉のすき煮風 ○ごぼうの煮物 ○大根のレモン和え	○全粥 ○鯖の味噌煮風 ○人参のソテー ○小松菜の辛子和え
栄養量目安	[エネルギー] 1466 kcal [タンパク質] 51.2 g [脂質] 27.5 g [炭水化物] 240.8 g [食塩相当] 7.3 g	[エネルギー] 1427 kcal [タンパク質] 56.1 g [脂質] 23.3 g [炭水化物] 242.6 g [食塩相当] 6.6 g	[エネルギー] 1452 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 28.7 g [炭水化物] 223.9 g [食塩相当] 7.1 g	[エネルギー] 1410 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂質] 29.2 g [炭水化物] 221.4 g [食塩相当] 6.4 g	[エネルギー] 1440 kcal [タンパク質] 56.7 g [脂質] 25.5 g [炭水化物] 238.2 g [食塩相当] 7.3 g	[エネルギー] 1437 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂質] 24.0 g [炭水化物] 237.3 g [食塩相当] 7.0 g	[エネルギー] 1397 kcal [タンパク質] 50.7 g [脂質] 22.1 g [炭水化物] 241.7 g [食塩相当] 7.3 g



	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)	9月13日(日)	9月14日(月)
朝食	○全粥 ○白身魚の煮付け風 ○かぼちゃの柚子和え ○Caヨーグルト ○たいみそ ○清汁	○全粥 ○おろしのかぼちゃソースがけ ○南瓜のフリフリ炒め ○Caヨーグルト ○うめびしお ○味噌汁	○全粥 ○高野豆腐の煮物 ○ブロッコリーの和風サラダ ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○味噌汁	○全粥 ○ごぼうの炒め物 ○いんげんの胡麻和え ○Caヨーグルト ○たいみそ ○清汁	○全粥 ○鮭のマヨソース ○キャベツの青じそ和え ○Caヨーグルト ○うめびしお ○味噌汁	○梅粥 ○えびのソテー ○枝豆の柚子サラダ ○Caヨーグルト	○全粥 ○大根の煮物 ○南瓜サラダ ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○コンソメスープ
昼食	○全粥 ○厚揚げの塩炒め風 ○さつま芋ソテー ○キャベツの梅酢和え	○全粥 ○ぶりの味噌漬け風 ○コーンのバター炒め風 ○小松菜のドレ和え	○全粥 ○鶏肉のハーブ炒め風 ○玉葱ソテー ○かぼちゃのイタリアンサラダ	○全粥 ○卵の中華炒め風 ○大根の炒め物 ○パプリカの和風サラダ	○全粥 ○カレー風煮 ○たけのこ煮 ○かぼちゃの和風サラダ	○全粥 ○鶏肉の照り焼き風 ○南瓜の煮物 ○トマトサラダ	○全粥 ○鮭のオニオンソースがけ ○玉葱の炒め物 ○人参の和風サラダ
食	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○レモンティ	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○キャラメルプリン	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○水ようかん(抹茶)	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○青リンゴゼリー	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○カフェオレ	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○冷やしおしるこ	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○梅ゼリー
夕食	○全粥 ○豚焼き肉風 ○たけのこの甘煮風 ○冷やしトマトの青じそ	○全粥 ○えびの照り煮 ○キャベツの煮浸し ○インゲンのさっぱり和え	○全粥 ○鯖の粕漬焼き ○たけのこの煮物 ○枝豆の甘酢和え	○全粥 ○ポークチャップ ○野菜ソテー ○マリネ	○全粥 ○豚肉の野菜あん ○ブロッコリーの玉葱ソース ○ごぼうマヨサラダ	○全粥 ○白身魚の甘酢ソース ○昆布の煮浸し風 ○隠元のソテー	○全粥 ○豚肉の梅ソース ○隠元のソテー ○冷奴
栄養量目安	[エネルギー] 1444 kcal [タンパク質] 50.8 g [脂質] 23.7 g [炭水化物] 249.5 g [食塩相当] 7.3 g	[エネルギー] 1484 kcal [タンパク質] 51.3 g [脂質] 30.1 g [炭水化物] 232.5 g [食塩相当] 7.0 g	[エネルギー] 1484 kcal [タンパク質] 59.4 g [脂質] 22.5 g [炭水化物] 254.1 g [食塩相当] 6.7 g	[エネルギー] 1408 kcal [タンパク質] 50.7 g [脂質] 30.1 g [炭水化物] 218.2 g [食塩相当] 7.1 g	[エネルギー] 1449 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂質] 34.1 g [炭水化物] 217.5 g [食塩相当] 7.0 g	[エネルギー] 1502 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂質] 19.4 g [炭水化物] 264.5 g [食塩相当] 6.3 g	[エネルギー] 1416 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂質] 28.1 g [炭水化物] 223.4 g [食塩相当] 6.7 g

	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)
朝 食	○全粥 ○ハムのソテー ○シーザーサラダ ○Caヨーグルト ○ゆずみそ ○味噌汁	○全粥 ○さわらの旨塩煮 ○大根の梅サラダ ○Caヨーグルト ○うめびしお ○味噌汁	○全粥 ○えびのソテー ○キャベツの和え ○Caヨーグルト ○たいみそ ○清汁	○全粥 ○インゲンの炒め物 ○ユーンの柚子サラダ ○Caヨーグルト ○うめびしお ○味噌汁	○全粥 ○たけのこ煮 ○カリフラワーのドレ和え ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○味噌汁	○玉子粥 ○白身魚の照り煮 ○トマトの和え ○Caヨーグルト	○全粥 ○キャベツの炒め物 ○大根サラダ ○Caヨーグルト ○ゆずみそ ○味噌汁
昼 食	○全粥 ○鶏肉のバジルソース ○ブロッコリーの煮物 ○野菜の昆布和え	○ケチャップ粥 ○オムレツデミソース ○カリフラワーのソテー ○いんげんのサラダ	○全粥 ○白身魚のミソ和え ○小松菜の煮浸し ○トマトのごまだれがけ	○敬老の日メニュー ○彩り混ぜ寿司 ○天ぷら風 ○人参の和風サラダ	○全粥 ○厚揚げの味噌煮風 ○ごぼうの甘辛炒め ○キャベツの和え	○全粥 ○回鍋肉風 ○インゲンの炒め物 ○ブロッコリーの青じそ	○全粥 ○鮭の南蛮漬け風 ○南瓜あんかけ ○小松菜の和え
食	○☆☆おやつ☆☆ ○ムース	○☆☆おやつ☆☆ ○ぶどうジュース	○☆☆おやつ☆☆ ○はちみつレモネード	○☆☆おやつ☆☆ ○プリン	○☆☆おやつ☆☆ ○ヨーグルト風ムース	○☆☆おやつ☆☆ ○ほうじ茶プリン	○☆☆おやつ☆☆ ○ココア
夕 食	○全粥 ○高野豆腐の炊き合わせ ○きんぴらごぼう ○小松菜の辛子和え	○全粥 ○ぶりの甘辛ソース ○たけのこの炒め風 ○人参のドレ和え	○全粥 ○豚肉のすき煮風 ○枝豆の炒め ○ほうれん草の海苔和え	○全粥 ○ポトフ風 ○ブロッコリーの甘辛煮 ○カリフラワーの中華和え	○全粥 ○鰯の煮付け風 ○昆布の煮物 ○南瓜サラダ	○全粥 ○高野豆腐のうま煮 ○玉葱のオニオン煮 ○パンプキン風和え	○全粥 ○卵とじ風 ○たけのこの甘酢炒め風 ○人参の和風サラダ
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1416 kcal [タンパク質] 52.6 g [脂質] 23.1 g [炭水化物] 242.8 g [食塩相当] 7.4 g	[エネルギー] 1447 kcal [タンパク質] 54.1 g [脂質] 28.2 g [炭水化物] 231.7 g [食塩相当] 7.3 g	[エネルギー] 1394 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂質] 23.2 g [炭水化物] 228.1 g [食塩相当] 6.4 g	[エネルギー] 1409 kcal [タンパク質] 53.8 g [脂質] 20.2 g [炭水化物] 243.9 g [食塩相当] 7.5 g	[エネルギー] 1410 kcal [タンパク質] 51.5 g [脂質] 27.0 g [炭水化物] 234.4 g [食塩相当] 7.2 g	[エネルギー] 1407 kcal [タンパク質] 54.1 g [脂質] 23.0 g [炭水化物] 241.0 g [食塩相当] 6.9 g	[エネルギー] 1535 kcal [タンパク質] 56.6 g [脂質] 28.5 g [炭水化物] 229.9 g [食塩相当] 6.3 g

	9月22日(火)	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)
朝 食	○全粥 ○厚揚げの味噌煮 ○ほうれん草の梅和え ○Caヨーグルト ○たいみそ ○清汁	○全粥 ○ハムのクリーム煮 ○大根のドレ和え ○味噌汁 ○うめびしお ○味噌汁	○全粥 ○ぶりの胡麻だれ焼き風 ○キャベツのさっぱり和え ○Caヨーグルト ○ゆずみそ ○清汁	○全粥 ○玉子焼き ○玉葱の青じそ和え ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○味噌汁	○全粥 ○厚揚げのオニオン煮 ○ブロッコリーのドレ和え ○Caヨーグルト ○たいみそ ○味噌汁	○梅粥 ○白身魚の煮付け風 ○小松菜の和え ○Caヨーグルト	○全粥 ○キャベツの炒め物風 ○カリフラワーのドレ和え ○Caヨーグルト ○うめびしお ○味噌汁
昼 食	○全粥 ○酢豚風 ○野菜のオニオン炒め風 ○玉葱の中華和え	○全粥 ○鰯の西京味噌がけ ○ユーンの炒め物 ○昆布の和え物	○全粥 ○厚揚げのポン酢がけ ○ほうれん草の炒め風 ○ブロッコリーの青じそ	○全粥 ○高野のさっぱり煮 ○野菜ソテー ○大根の和えもの	○全粥 ○牛肉の甘辛ソース ○隠元の煮浸し ○ごぼう和風マヨサラダ	○全粥 ○ポークチャップ ○枝豆ソテー ○さつま芋の胡麻和え	○全粥 ○厚揚げの生姜炒め ○昆布の煮物 ○ブロッコリーの柚子和え
食	○☆☆おやつ☆☆ ○バナナムース	○☆☆おやつ☆☆ ○オレンジゼリー	○☆☆おやつ☆☆ ○ピーチティー	○☆☆おやつ☆☆ ○メロンムース	○☆☆おやつ☆☆ ○はちみつレモネード	○☆☆おやつ☆☆ ○パナコッタ(きなこ)	○☆☆おやつ☆☆ ○杏仁豆腐
夕 食	○全粥 ○白身魚の和えソース ○ブロッコリーソテー風 ○枝豆の和え	○全粥 ○鶏肉のさっぱり煮 ○ごぼうの生姜炒め風 ○トマトの和風サラダ	○全粥 ○牛肉の黒胡椒炒め ○人参の中華煮風 ○南瓜サラダ	○全粥 ○鮭のマスタード焼き風 ○小松菜バターソテー風 ○枝豆のドレ和え	○全粥 ○鶏肉の照り焼き風 ○筍の中華煮風 ○パンプキン風和え	○全粥 ○えびマヨ風 ○大根の金平 ○人参の青じそ和え	○全粥 ○卵の甘酢あん ○南瓜のレモン煮 ○いんげんの梅サラダ
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1420 kcal [タンパク質] 56.7 g [脂質] 27.1 g [炭水化物] 229.0 g [食塩相当] 6.7 g	[エネルギー] 1360 kcal [タンパク質] 57.9 g [脂質] 20.7 g [炭水化物] 223.8 g [食塩相当] 8.1 g	[エネルギー] 1372 kcal [タンパク質] 51.3 g [脂質] 25.7 g [炭水化物] 216.4 g [食塩相当] 6.6 g	[エネルギー] 1468 kcal [タンパク質] 50.1 g [脂質] 31.9 g [炭水化物] 227.7 g [食塩相当] 7.5 g	[エネルギー] 1392 kcal [タンパク質] 54.4 g [脂質] 24.2 g [炭水化物] 227.8 g [食塩相当] 7.3 g	[エネルギー] 1470 kcal [タンパク質] 56.8 g [脂質] 29.1 g [炭水化物] 235.5 g [食塩相当] 6.9 g	[エネルギー] 1445 kcal [タンパク質] 43.6 g [脂質] 26.0 g [炭水化物] 247.2 g [食塩相当] 7.0 g

	9月29日(火)	9月30日(水)	10月1日(木)	10月2日(金)	10月3日(土)	10月4日(日)	10月5日(月)
朝食	○全粥 ○さわらの照り煮風 ○トマトサラダ ○Caヨーグルト ○のり佃煮 ○味噌汁	○全粥 ○人参ソテー ○小松菜の海苔和え ○Caヨーグルト ○ゆずみそ ○味噌汁					
昼食	○郷土食 大阪メニュー ○かやく粥 ○お好み焼き風 ○ほうれん草の辛子和え ○ようかん 	○全粥 ○カレー風煮 ○たけのこ煮 ○さつま芋のリンゴサラダ					
夕食	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○オレンジジュース	○☆☆☆おやつ☆☆☆ ○アップルティ					
夕食	○全粥 ○高野豆腐の煮物 ○筍のポン酢炒め煮風 ○人参のリンゴドレ	○全粥 ○鯖の味噌煮風 ○玉葱の炒め物 ○卵豆腐					
栄養量目安	[エネルギー] 1525 kcal [タンパク質] 53.6 g [脂質] 26.5 g [炭水化物] 230.8 g [食塩相当] 7.3 g	[エネルギー] 1418 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂質] 27.4 g [炭水化物] 221.8 g [食塩相当] 7.3 g					



*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承くださいませ。