

2025 年

9 月 献立表

(みずきの会 お弁当やまんまや)

月		火		水		木		金	
1		2		3		4		5	
サバの味噌煮 かぼちゃサラダ もやしナムル ご飯 香の物		豚の生姜焼き 切干大根 ほうれん草白和え風 ご飯 香の物		ホッケの竜田揚げ 高野豆腐の卵とじ ブロッコリーのツナ和え ご飯 香の物		鶏の柚子胡椒焼き 大根煮 ほうれん草のなめ茸和え ご飯 香の物		赤魚の粕漬け焼き 厚揚げ煮 胡瓜とわかめの酢の物 ご飯 香の物	
8		9		10		11		12	
ピーマンの肉詰め 冬瓜煮 大根のわさびマヨ和え ご飯 香の物		鮭のちゃんちゃん焼き ジャーマンポテト きんぴら ご飯 香の物		豚肉とピーマンのオイスター炒め 切干大根煮 卵焼き さつまいもご飯 香の物		アジの南蛮漬け 大根煮 きのこのおかか煮 ご飯 香の物		豚しゃぶ 筑前煮 さつまいもおかか和え ご飯 香の物	
15		16		17		18		19	
豚のすき煮 根菜煮 茄子の翡翠煮 赤飯 香の物		さわらの胡麻みそ焼き 厚揚げのキノコあんかけ キャベツの柚子胡椒和え ご飯 香の物		サバのうま煮 青菜と厚揚げのナムル ブロッコリーの黒ゴマかけ ご飯 香の物		鶏のみそ焼き さつまいもサラダ トマトサラダ ご飯 香の物		サンマの塩焼き レンコンとひじきのサラダ ふわ玉キムチ 炊き込みご飯 香の物	
22		23		24		25		26	
鮭の香草焼き 蓮根の梅和え ブロッコリー胡麻和え ご飯 香の物		カレイの煮付 炒り豆腐 かぼちゃ煮 赤飯 香の物		ハッシュドポーク ツナじゃが キャベツと竹輪の塩昆布和え ご飯 香の物		鯖の味噌煮 高野豆腐 小松菜辛子和え ご飯 香の物		鶏のケチャップ焼き なすの挽肉餡 ピーマンと油揚げの炒め物 ご飯 香の物	
29		30							
サンマの蒲焼き ほうれん草胡麻和え 厚揚げ煮 ご飯 香の物		豚しゃぶ かぼちゃのそぼろ煮 きんぴら ご飯 香の物							

食材入荷の都合上、やむを得ず献立が変更になることがあります。ご了承下さい。