

2026年9月1日(火) ~ 2026年9月30日(水)  
汎建製作所

|                                                           |                                                                  |                                                           |                                                                                                                |                                                                       |                                                                |              |                                                           |        |                                                       |        |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------|--------|
| A<br>定食                                                   |                                                                  | 1日(火)                                                     | 豚肉のブルコギ炒め<br>付) キャベツ<br>コーンコロッケ<br>春雨サラダ<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯                                                    | 2日(水)                                                                 | アジフライタルタルソース<br>付) キャベツ<br>ピーマンソテー<br>ボン酢和え<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯 | 3日(木)        | ペッパーグリルチキン<br>付) レタス<br>野菜ソテー<br>ミニ春巻き<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯 | 4日(金)  | 鶏チリ炒め<br>付) キャベツ<br>マカロニサラダ<br>チヂミ<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯 | 5日(土)  |
|                                                           | 7日(月)                                                            | 8日(火)                                                     | ★健康増進メニュー★<br>豚肉と野菜のせいろ蒸し風(10食)<br>白身フライ<br>付) キャベツ<br>豆腐サラダ<br>山芋のふわふわ焼き(10食)<br>さつまいもの甘煮<br>すまし汁<br>漬物<br>ご飯 | 9日(水)                                                                 | オイスター炒め<br>付) レタス<br>ごぼうの和風マヨサラダ<br>ミニオムレツ<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯  | 10日(木)       | 鶏肉の唐揚げ<br>付) レタス<br>ポテトサラダ<br>レモン和え<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯    | 11日(金) | マーボー春雨<br>付) キャベツ<br>一口とんかつ<br>ナムル<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯 | 12日(土) |
|                                                           | 803kcal 3.2g                                                     | 759kcal 2.0g                                              | 697kcal 1.7g                                                                                                   | 813kcal 3.3g                                                          | 875kcal 3.6g                                                   | 825kcal 2.8g |                                                           |        |                                                       |        |
|                                                           | 14日(月)                                                           | 15日(火)                                                    | 16日(水)                                                                                                         | 17日(木)                                                                | 18日(金)                                                         | 19日(土)       |                                                           |        |                                                       |        |
|                                                           | 牛肉コロッケ<br>付) キャベツ<br>ひじき煮<br>ボン酢和え<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯            | 回鍋肉<br>付) キャベツ<br>ちくわの磯辺揚げ<br>和風ツナマヨ和え<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯 | 白身魚のマヨ焼き<br>付) レタス<br>高野の煮物<br>もちサクポテト<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯                                                      | チキンカツ<br>付) キャベツ<br>コーン入りイカバーグ<br>もやしのナムル<br>中華スープ<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯 | 肉団子の酢豚風<br>付) レタス<br>スパサラ<br>ほうれん草の卵とじ<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯      |              |                                                           |        |                                                       |        |
|                                                           | 776kcal 3.3g                                                     | 853kcal 3.8g                                              | 736kcal 2.2g                                                                                                   | 787kcal 2.3g                                                          | 842kcal 4.1g                                                   |              |                                                           |        |                                                       |        |
|                                                           | 21日(月)                                                           | 22日(火)                                                    | 23日(水)                                                                                                         | 24日(木)                                                                | 25日(金)                                                         | 26日(土)       |                                                           |        |                                                       |        |
|                                                           |                                                                  |                                                           | ハンバーグ(デミソース)<br>付) キャベツ<br>千切煮<br>ドレッシング和え<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯                                                  | 豚肉の生姜炒め<br>付) キャベツ<br>アジ紫蘇フライ<br>昆布和え<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯              | かぼちゃコロッケ<br>付) キャベツ<br>春雨サラダ<br>ちくわ甘辛炒め<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯     |              |                                                           |        |                                                       |        |
|                                                           |                                                                  |                                                           | 840kcal 4.4g                                                                                                   | 819kcal 4.1g                                                          | 819kcal 2.7g                                                   |              |                                                           |        |                                                       |        |
|                                                           | 28日(月)                                                           | 29日(火)                                                    | 30日(水)                                                                                                         |                                                                       |                                                                |              |                                                           |        |                                                       |        |
| ハムカツ<br>付) キャベツ<br>白菜とあげの煮物<br>ナポリタンスパ<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯 | ポークチャップ<br>付) レタス<br>ミートコロッケ<br>ほうれん草のマヨネーズ和え<br>漬物<br>味噌汁<br>ご飯 | 鯖の塩焼き<br>付) キャベツ<br>オクラのボン酢和え<br>肉団子甘酢<br>味噌汁<br>漬物<br>ご飯 |                                                                                                                |                                                                       |                                                                |              |                                                           |        |                                                       |        |
| 858kcal 3.4g                                              | 848kcal 3.1g                                                     | 738kcal 2.1g                                              |                                                                                                                |                                                                       |                                                                |              |                                                           |        |                                                       |        |

|             |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                      |                                                                                       |                                                                                                      |               |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| B<br>定<br>食 |                                                                                       | <b>1日(火)</b><br>冷) きつねうどん<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>コーンコロッケ<br>漬物<br>ご飯<br><br>エネルギー 866kcal 食塩相当量 4.7g | <b>2日(水)</b><br>豚キムチ丼<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>ピーマンソテー<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 734kcal 食塩相当量 3.5g | <b>3日(木)</b><br>エビカツ丼<br>付) レタス<br>野菜ソテー<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 762kcal 食塩相当量 3.3g | <b>4日(金)</b><br>冷) 温玉ラー油そば<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>チヂミ<br>漬物<br>ご飯<br><br>エネルギー 833kcal 食塩相当量 4.3g | <b>5日(土)</b>  |
|             | <b>7日(月)</b>                                                                          | <b>8日(火)</b>                                                                                            | <b>9日(水)</b>                                                                                         | <b>10日(木)</b>                                                                         | <b>11日(金)</b>                                                                                        | <b>12日(土)</b> |
|             | 冷) ごまだれそうめん<br>付) レタス<br>一口ハンバーグ<br>漬物<br>ご飯<br><br>エネルギー 867kcal 食塩相当量 5.7g          |                                                                                                         | かき揚げ丼<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>ごぼうの和風マヨサラダ<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 722kcal 食塩相当量 2.4g             |                                                                                       | 冷) 山菜そば<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>一口とんかつ<br>漬物<br>ご飯<br><br>エネルギー 863kcal 食塩相当量 4.5g                 |               |
|             | <b>14日(月)</b>                                                                         | <b>15日(火)</b>                                                                                           | <b>16日(水)</b>                                                                                        | <b>17日(木)</b>                                                                         | <b>18日(金)</b>                                                                                        | <b>19日(土)</b> |
|             | 親子丼<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>ひじき煮<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 735kcal 食塩相当量 2.7g       | 醤油ラーメン<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>ちくわの磯辺揚げ<br>漬物<br>ご飯<br><br>エネルギー 783kcal 食塩相当量 2.5g                   | ソースカツ丼<br>付) レタス<br>高野の煮物<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 777kcal 食塩相当量 3.7g                               |                                                                                       | 冷) 鶏天うどん<br>付) レタス<br>ほうれん草の卵とじ<br>漬物<br>ご飯<br><br>エネルギー 854kcal 食塩相当量 4.1g                          |               |
|             | <b>21日(月)</b>                                                                         | <b>22日(火)</b>                                                                                           | <b>23日(水)</b>                                                                                        | <b>24日(木)</b>                                                                         | <b>25日(金)</b>                                                                                        | <b>26日(土)</b> |
|             |                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                      | カレー炒め丼<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>昆布和え<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 766kcal 食塩相当量 4.3g    | 塩焼そば<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>ちくわ甘草炒め<br>漬物<br>ご飯<br>味噌汁<br><br>エネルギー 829kcal 食塩相当量 3.9g            |               |
|             | <b>28日(月)</b>                                                                         | <b>29日(火)</b>                                                                                           | <b>30日(水)</b>                                                                                        |                                                                                       |                                                                                                      |               |
|             | マーボー丼<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>白菜とあげの煮物<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 785kcal 食塩相当量 4.3g | 冷麺<br>付) レタス<br>ミートコロッケ<br>漬物<br>ご飯<br><br>エネルギー 859kcal 食塩相当量 4.8g                                     | すき焼き風丼<br>付) キャバ <sup>ツ</sup><br>オクラのポン酢和え<br>漬物<br>味噌汁<br><br>エネルギー 682kcal 食塩相当量 2.2g              |                                                                                       |                                                                                                      |               |

※仕入れの都合により、献立内容の変更をお願いする場合があります。