

長谷工シニアウェルデザインーブランドシールケア常盤台

		2026年9月6日(日)	2026年9月7日(月)	2026年9月8日(火)	2026年9月9日(水)	2026年9月10日(木)	2026年9月11日(金)	2026年9月12日(土)
朝食	和食	ご飯 盛り合わせ 切り干し大根煮物 味噌汁	ご飯 冷奴豆腐 竹輪七味煮 味噌汁	ご飯 秋鮭の焼き浸し おかか和え 味噌汁	ご飯 半ペンしそ焼き 納豆 味噌汁	ご飯 さつま揚げ煮物 もやしの和え物 味噌汁	ご飯 焼きししゃも ドレッシング和え 味噌汁	エッグサンド グリーンサラダ パンプキンスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
	洋食	パン スクランブルエッグ スープ	パン マカロニサラダ スープ	パン サーモンバター焼き スープ	パン はんぺんソテー スープ	パン 目玉焼き スープ	パン 若鶏のソテー スープ	エッグサンド グリーンサラダ パンプキンスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
昼食	昼食	ご飯 ハヤシライス コーンサラダ フルーツゼリー スープ 福神漬け	ご飯 えびシュウマイ 冬瓜煮物 キムチ和え 味噌汁 お新香	ご飯 擬製豆腐 ポテトサラダ 中華和え 吸い物 お新香	ご飯 さわらの田楽焼き 大豆煮豆 ナメタケ和え 吸い物	ご飯 揚げ出し豆腐 たたきごぼう ほうれん草和え物 味噌汁 お新香	かけそば 盛り合わせ きなこプリン	ご飯 豚肉のイタリアンソテー 山菜の炒め煮 大根梅和え 味噌汁 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
夕食	夕食	ご飯 鱈の煮付け 根菜と糸昆布の煮物 ごまよごし 味噌汁 デザート (黒ゴマおやき)	胚麦ロールパン ポークシチュー トマトのマリネ デザート (林檎の コンポート)	ご飯 タラのトマト煮 鶏肉の炒め煮 酢の物 味噌汁 デザート (焼きいも)	重陽の節句 菊寿司 高野豆腐含め煮 浅漬け 吸い物 デザート (菊饅頭)	ご飯 スズキの香味蒸し もつ煮 もずくの酢の物 吸い物 デザート (果物)	ご飯 野菜と豚のポン酢和 根菜の煮物 白菜ぬたあえ 吸い物 デザート (小倉まんじゅう)	ご飯 金目鯛の生姜煮 野菜味噌炒め 青梗菜七味和え 吸い物 デザート (果物)
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩

献立は予告無く変更することがあります。

9日は「重陽のお節句」のため、菊を使用したメニューを予定しております。菊には解熱・解毒・鎮痛・消炎の効果があります。その他にも疲れ目対策や免疫力向上にも期待ができる食材です。色によって香や苦みに違いがあります。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります



食用菊