

サンガーデンテラス

2026/09/01 ~ 2026/09/06

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
9/1 火	レーズンドッグ ツナサラダ プリン 牛乳	赤飯 鯖の香味焼き 冬瓜のカニあんかけ オクラの中華和え 花麩のすまし汁	豚肉と厚揚げの旨煮 チンゲン菜のオイスターソース炒め さつま芋柚子風味
9/2 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー ブドウゼリー 牛乳	鶏肉の西京焼き 切干大根の炒め煮 水菜のドレッシング和え 白菜のコンソメスープ	タラのバターソース焼き 里芋の土佐煮 ブロッコリーの和風マヨネーズ和え
9/3 木	丸ロール ジャーマンポテト オレンジゼリー 牛乳	鯿の柚子胡椒焼き ピーマンの甘辛炒め マンゴー缶 わかめの赤だし汁	カツとじ 小松菜とソーセージの炒め煮 豆腐と大根のサラダ
9/4 金	わかめ粥 厚揚げの炒め物 マスカットゼリー 牛乳	鶏肉の甘辛炒め 白菜の煮びたし いんげんとツナの和え物 クルトンのスープ	鯖の塩焼き ブロッコリーのソテー 玉子豆腐
9/5 土	レーズンドッグ ポテトサラダ みかん缶* 牛乳	ちらし寿司 ★井用ごはん かぼちゃの甘みそがけ キャベツのおかか和え 麩のすまし汁	鶏肉の照り焼き チンゲン菜と湯葉のとろみ煮 ごぼうの和風マヨネーズ和え
9/6 日	丸ロール 大根のポトフ ブドウゼリー 牛乳	メルルーサの塩麴焼き 竹輪の炒め物 カリフラワーのレモンマリネ もやし中華スープ	麻婆豆腐 えび風味シューマイ(2個) ほうれん草のナムル

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

蔵セントラルキッチン

月間献立一覧表

サンガーデンテラス
2026/09/07 ~ 2026/09/13

常食

日付	朝食	昼食	夕食
9/7 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め オレンジゼリー 牛乳	鯖のにんにく醤油焼き 白菜と桜えびの炒め物 いんげんの和え物 冬瓜のコンソメスープ 	ハンバーグ和風ソース もやしとハムのソテー ヨーグルト 
9/8 火	レーズンドッグ ツナサラダ マンゴー缶* 牛乳	お好み焼き(面前) ブロッコリーのサラダ 麩のすまし汁 	鰯の西京焼き 出し巻き卵 キャベツのゆかり和え 
9/9 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 マスカットゼリー 牛乳	カレイのレモン醤油かけ 和風マカロニソテー オクラの錦糸和え もやしの味噌汁 	鶏の唐揚げ(3個) ちくわのカレー風味炒め 大根の甘酢和え 
9/10 木	丸ロール ジャーマンポテト ブドウゼリー 牛乳	鯖の味噌マヨネーズ焼き ミニかぼちゃコロケ 人参のドレッシング和え キャベツのすまし汁 	厚揚げの旨煮 焼き餃子(2個) 平さやいんげんの和え物 
9/11 金	梅粥 青菜と昆布のお浸し プリン 牛乳	鶏肉の塩麴焼き チンゲン菜の炒め物 豆腐サラダ 玉ねぎの味噌汁 	赤魚の梅香焼き じゃが芋のバター醤油 もやしのドレッシング和え 
9/12 土	レーズンドッグ スパゲティサラダ オレンジゼリー 牛乳	木の葉丼 ★丼用ごはん 野菜の昆布茶炒め カリフラワーのドレッシング和え うず巻き麩の赤だし 	鯖の利休焼き ブロッコリーの湯葉あんかけ なすの中華和え 
9/13 日	丸ロール ポトフ マスカットゼリー 牛乳	冷やしたぬきうどん グリーンピースの卵とじ 白菜の柚子ドレッシング和え 	豚しゃぶ(温) かぼちゃの味噌マヨ焼き キャベツの浅漬け風 

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

蔵セントラルキッチン

月間献立一覧表

サンガーデンテラス
2026/09/14 ~ 2026/09/20

常食

日付	朝食	昼食	夕食
9/14 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め プリン 牛乳	鶏じゃが 小松菜の柚子胡椒炒め ヨーグルト 花麩のすまし汁	焼き鰯の南蛮漬け ピーマンのソテー 白菜の青しそドレッシング和え
9/15 火	レーズンドッグ ツナサラダ ブドウゼリー 牛乳	きのこご飯 カレーの南部焼き かにのふわふわ豆腐 ごぼうの和え物 わかめの赤だし	鶏肉のバーベキューソース 春巻き オクラと湯葉の和え物
9/16 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー オレンジゼリー 牛乳	肉団子の甘酢餡(豚) チンゲン菜とツナの炒め物 玉子豆腐 じゃが芋の味噌汁	鰯の生姜焼き 大豆のトマト煮 カリフラワーの甘酢和え
9/17 木	丸ロール スパゲティサラダ マスカットゼリー 牛乳	筑前煮 もやしのソテー かぼちゃの和え物 麩のすまし汁	白身魚のしょうゆ麩焼き 白菜とベーコンの炒め物 マンゴー缶
9/18 金	わかめ粥 豆腐の卵とじ ブドウゼリー 牛乳	鰯の山椒焼き じゃが芋の含め煮 ピーマンのナムル 冬瓜のコンソメスープ	鶏肉の西京焼き いんげんの炒め物 人参の酢の物
9/19 土	レーズンドッグ ポテトサラダ オレンジゼリー 牛乳	豚丼 ★丼用ごはん 小松菜のソテー カリフラワーのごま風味和え 白菜の味噌汁	鯖の焼き浸し(ゆず風味) 炒り豆腐 キャベツのドレッシング和え
9/20 日	丸ロール 大根のポトフ みかん缶* 牛乳	鶏の唐揚げ和風ソース もやしの香味炒め ほうれん草の白和え わかめの中華スープ	赤魚の磯焼き 里芋のそぼろあん オクラの和風マヨネーズ和え

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

蔵セントラルキッチン

月間献立一覧表

サンガーデンテラス
2026/09/21 ~ 2026/09/27

常食

日付	朝食	昼食	夕食
9/21 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め マスカットゼリー 牛乳	赤飯 鰯のもみじ焼き 煮物盛り合わせ 柚子なます 紅白素麺のすまし汁 上用饅頭(紅)	鶏肉のオイスター炒め カリフラワーのカレー煮 ブロッコリーのおかか和え
9/22 火	レーズンドッグ 焼きビーフン ブドウゼリー 牛乳	かに玉 麻婆茄子 白菜の中華和え じゃが芋の中華スープ	鰯の蒲焼き ひじき煮 もやしと水菜のゆかり和え
9/23 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 オレンジゼリー 牛乳	カレイのバターソース焼き 五目豆 大根のさっぱり和え うずまき麩の味噌汁	鶏肉の塩麴焼き 焼きメンチカツ(1/2) ほうれん草とツナの和え物
9/24 木	丸ロール スパゲティサラダ マンゴー缶* 牛乳	ハヤシライス ★井用ごはん コーンサラダ りんご	鰹のハーブ焼き かぼちゃのコンソメ煮 ブロッコリーの錦糸和え
9/25 金	梅粥 青菜と昆布のお浸し プリン 牛乳	鰯の味噌煮 チンゲン菜の柚子胡椒炒め カリフラワーの和風マヨネーズ和え 冬瓜のすまし汁	鶏肉の五目炒め 水菜の煮浸し 中華風冷奴
9/26 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト マスカットゼリー 牛乳	ハンバーグ照り焼きソース にんじんしりしり もやしの和え物 クルトンのスープ	タラの野菜あんかけ 卵の花 白菜のわさび和え
9/27 日	丸ロール ポトフ ブドウゼリー 牛乳	焼きそば 小松菜の炒め物 大根の酢の物	鶏肉のレモン風味焼き ずいきの炒め煮 ヨーグルト

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

蔵セントラルキッチン

サンガーデンテラス

2026/09/28 ~ 2026/09/30

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
9/28 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ オレンジゼリー 牛乳	カレイのガリタル焼き チンゲン菜の香味炒め 水菜ともやしのごま和え 花麩のすまし汁	厚揚げとピーマンのみそ炒め ごぼうの炒り煮 いんげんの辛子和え
9/29 火	レーズンドッグ ツナサラダ プリン 牛乳	豚カツ ブロッコリーの炒め物 白菜のドレッシング和え 冬瓜のコンソメスープ	メルルーサの生姜焼き ピーマンの甘辛炒め カリフラワーの浅漬け風
9/30 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー マスカットゼリー 牛乳	鶏肉の柚子胡椒焼き キャベツの炒め物 かぼちゃの和え物 わかめの中華スープ	八宝菜風 じゃが芋の味噌マヨ焼き 杏仁豆腐

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

蔵セントラルキッチン