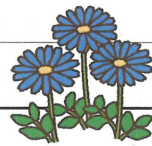


週間献立予定表

2025年09月1日(月)～2025年09月06日(土)
サニーステージ星川

常食



9/1 (月)	絹生揚げと野菜の煮物 漬物 かに風味雑炊 味噌汁 牛乳 	白身魚のオープン焼 パンネのトマト煮込み ブロッコリーと卵のサラダ フルーツ パン クラムチャウダー	抹茶ババロア	鶏肉のワイン風味蒸し パプリカソテー シーザーサラダ 御飯 コンソメスープ
	516Kcal	539Kcal	91Kcal	459Kcal
9/2 (火)	豚肉のみそ焼き 大根のボン酢醤油煮 漬物 御飯 すまし汁 牛乳	おかめうどん ささみのシソ巻き揚げ 里芋の煮物 フルーツ	ロールケーキ 	鰯と野菜中華炒め 焼餃子 春雨サラダ 御飯 中華風スープ
	513Kcal	563Kcal	132Kcal	529Kcal
9/3 (水)	じゃが芋のクリーム煮 マカロニサラダ パン オニオンスープ リンゴジュース	鶏のフリッター 温野菜サラダ ほうれん草のくるみ和え フルーツ 御飯 味噌汁	ゆずまんじゅう	さわらの和風ステーキ 高野豆腐のきめ煮 山芋の青じそ和え 御飯 すまし汁 
	578Kcal	542Kcal	48Kcal	509Kcal
9/4 (木)	チンゲン菜とウィンナーのソテー インゲンと筍の卵とじ 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	キーマカレー スナップエンドウのソテー カリフラワーのサラダ フルーツ ポタージュ 	シュークリーム	鶏肉と茄子の甘酢煮 ブロッコリーときのこのソテー もやしと人参の辛子酢和え 御飯 味噌汁
	537Kcal	614Kcal	47Kcal	466Kcal
9/5 (金)	鰹の塩焼き ほうれん草とキノコの炒め物 納豆 御飯 味噌汁 牛乳	豚肉のさっぱり蒸しゴマだれ 里芋と麩の煮物 ひじきとオクラの和え物 フルーツ 五目炊き込み御飯 味噌汁	コーヒーゼリー 	海老と玉葱のチリソース 白菜と厚揚げの煮物 ささみと胡瓜の中華風 御飯 わかめスープ
	521Kcal	577Kcal	67Kcal	462Kcal
9/6 (土)	鶏肉と大根のコンソメ煮 ピーマンのカレー炒め パン ミネストローネ 野菜ジュース 	ソース焼きそば 揚げシューマイ 小松菜とじゃこの和え物 フルーツ 中華スープ	オレンジゼリー	牛肉とゴボウの煮物 レンコンの炒めなます ブロッコリーの桜海老和え 御飯 とろろ昆布の清汁
	407Kcal	513Kcal	67Kcal	548Kcal

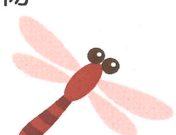
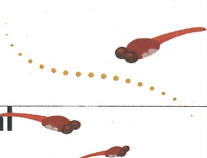
週間献立予定表

2025年09月07日(月)～2025年09月13日(土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
9/7 (日)	肉詰め稲荷の煮物 小松菜と油揚げの炒め 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	八宝菜 揚げだし豆腐 ささみと胡瓜の和え物 フルーツ 御飯 すまし汁	水羊羹 	白身魚のみぞれ煮 玉ねぎとピーマンの味噌炒め キャベツの生姜和え 御飯 すまし汁
	536Kcal	630Kcal	61Kcal	436Kcal
9/8 (月)	挽肉と野菜の炒め 漬物 梅しらす雑炊 味噌汁 牛乳	アジの梅しそダレ焼き 小海老と枝豆のかきあげ ほうれん草とえのきのお浸し フルーツ 御飯 しめじのスープ	デザートムース	豚肉ガーリックパン粉焼 切干大根の煮物 青菜と竹輪のサラダ ゆかり御飯 味噌汁
	476cal	563Kcal	44Kcal	607Kcal
9/9 (火)	鯖の塩焼き 厚揚げと野菜の煮物 とろろ芋 御飯 味噌汁 牛乳	鶏南蛮そば 茄子の塩炒め ひじきとオクラの和え物 フルーツ 御飯 稲荷	スイスロール 	牛肉と野菜のオイスター炒め キャベツと浅利の中華蒸し レンコンサラダ 御飯 かき玉汁
	549Kcal	654Kcal	99Kcal	469Kcal
9/10 (水)	豚肉と野菜の煮込み アスパラサラダ パン ポタージュ カルピス	白身魚変わり揚げ 豆もやしと人参のナムル さつま揚げとキャベツの炒め フルーツ 御飯 味噌汁 	たいやき	豚肉のさっぱり蒸しゴマだれ 冬瓜の煮物 卵豆腐 御飯 すまし汁 
	546Kcal	542Kcal	70Kcal	449Kcal
9/11 (木)	大根とがんもの煮物 五目玉子焼き 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	親子丼 竹の子と菜の花の煮物 ツナサラダ フルーツ 御飯 すまし汁	ヨーグルトケーキ	焼き魚きのこソース じゃが芋のそぼろ煮 なすの胡麻和え 御飯 味噌汁
	598Kcal	478Kcal	63Kcal	482Kcal
9/12 (金)	はんぺんのたらこマヨ焼き さつま揚げと白菜の炒り煮 納豆 御飯 味噌汁 牛乳	肉豆腐 蓮と人参の炒め煮 いんげんのみぞれ和え フルーツ ひじきご飯 すまし汁	マンゴープリン	鶏肉と野菜の煮物 カリフラワーのソテー 水菜とハムの和え物 御飯 すまし汁 
	580Kcal	609Kcal	78Kcal	473Kcal
9/13 (土)	野菜のコンソメ煮 ほうれん草とベーコン炒め パン マカロニスープ リンゴジュース	葱醤油ラーメン 春巻き 中華風サラダ フルーツ ミニチャーハン 	冷やし芋ぜんざい	鶏肉と高野豆腐の揚げ煮 ブロッコリーのおかか炒め ほうれん草のくるみ和え 御飯 味噌汁
	488Kcal	656Kcal	100Kcal	552Kcal

週間献立予定表

2025年09月14日(月)～2025年09月20日(土)

サニーステージ星川

常食



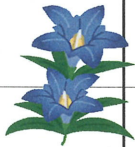
日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
9/14 (日)	厚揚げとなすの煮物 エリンギと椎茸の挽肉炒め 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	赤飯 銀だらの西京味噌焼き 刺身盛り合わせ 煮物 天ぷら盛り合わせ 赤だし		肉じゃが キャベツのソテー 春菊のピーナッツ和え 御飯 味噌汁
	586Kcal	796Kcal		506Kcal
9/15 (月)	さつま揚げと白菜の炒り煮 漬物 鮭と大根粥 味噌汁 牛乳	豚肉のスタミナ炒め 高野豆腐の揚げ煮 ほうれん草の白和え マンゴープリン 御飯 すまし汁	お誕生日ケーキ 	蒸し鶏の野菜あんかけ さつま揚げの金平炒め 大根の梅肉サラダ わかめご飯 味噌汁
	359Kcal	668Kcal		423Kcal
9/16 (火)	白身魚の南部焼き はんぺん煮物 めかぶ 御飯 味噌汁 牛乳 	月見うどん 根菜のかき揚げ かにと胡瓜の酢の物 フルーツ	ロールケーキ	豚肉のバーベキューソース 温野菜 さつま芋のサラダ 御飯 コンソメスープ
	460Kcal	500Kcal		594Kcal
9/17 (水)	野菜のボトフ コーンサラダ フレンチトースト パンプキンポタージュ	赤魚の揚げ浸し 炒り豆腐 春菊の胡麻和え フルーツ 御飯 味噌汁	まんじゅう 	豚肉の味噌漬焼き 里芋と麩の煮物 水菜のなめだけ和え 御飯 すまし汁
	459Kcal	594Kcal		531Kcal
9/18 (木)	じゃが芋のベーコン炒め 冬瓜の含め煮 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	オムライス風 ズッキーニのソテー アボカドのサラダ フルーツ クリームスープ	和のパンケーキ	鶏肉と野菜の甘酢 ふきの甘辛炒め ツナサラダ 御飯 味噌汁 
	503Kcal	550Kcal		598Kcal
9/19 (金)	鰯の梅煮 キャベツとさつま揚げの煮浸し 納豆 御飯 味噌汁 	豚肉の中華風煮込み 中華風炒り卵 青梗菜のナムル フルーツ 高菜ご飯 中華スープ	ショコラブッセ	煮込みハンバーグ ほうれん草とキノコの炒め物 ビーンズサラダ 御飯 コンソメスープ
	430Kcal	595Kcal		569Kcal
9/20 (土)	ミートオムレツ じゃが芋の含め煮 カクテルヨーグルト オニオンスープ パン	スパゲティナポリタン 蟹クリームコロッケ グリーンサラダ フルーツ コーンスープ	グレープゼリー 	麻婆茄子 えびいり餃子 もやし中華風和え物 御飯 味噌汁
	468Kcal	631Kcal		524Kcal

週間献立予定表

2025年09月21日(月)～2025年09月27日(土)
サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
9/21 (日)	はんぺんチーズ焼 豚肉と里芋の味噌炒め 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 548Kcal	白身魚の酒蒸しボン酢醤油 小松菜と卵の炒め物 ザーサイともやしのナムル フルーツ 御飯 中華スープ 590Kcal	おはぎ 71Kcal 	鶏肉の酒蒸し 春雨とひき肉の炒め物 ミモザサラダ ゆかりごはん 味噌汁 497Kcal
9/22 (月)	塩肉じゃが 漬物 なめたけ粥 味噌汁 牛乳 404Kcal 	ボークピカタ 海老カツ Kcal フルーツ 御飯 野菜スープ 627Kcal	デザートムース 44Kcal	魚のマリネ こぼろと大豆のソテー 白菜のサラダ 御飯 コンソメスープ(青梗菜・ｺｰﾝ) 508Kcal
9/23 (火)	豆腐ハンバーグ 厚揚げの煮物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 474Kcal	きのこそば 海老団子煮物 海藻サラダ フルーツ 稲荷 626Kcal 	ロールケーキ 99Kcal	豚肉と野菜の炒め物 浅利の酒蒸し ブロッコリーと豆のサラダ 御飯 中華スープ 547Kcal
9/24 (水)	ボークビーンズ ポテトサラダ パン コンボータージュ リンゴジュース 556Kcal	チキンタルタルソース 一口がんもと竹輪の煮物 春菊のピーナッツ和え 浅漬け 御飯 味噌汁 645Kcal	今川焼き 80Kcal	白身魚のチリソース さつま芋のレーズン煮 春雨サラダ 御飯 すまし汁 534Kcal
9/25 (木)	高野豆腐の煮物 野菜炒めカレー風味 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 520Kcal	ソースカツ丼 里芋とがんもの煮物 しらたきのたらこ和え フルーツ すまし汁 572Kcal	エクレア 94Kcal 	すき焼き風肉豆腐 ビーフンソテー インゲンと油揚げのピーナッツ和え 御飯 味噌汁 615Kcal
9/26 (金)	赤魚塩焼き 小松菜とエリンギのソテー 納豆 御飯 味噌汁 牛乳 523Kcal 	厚揚げと卵のチリ風炒め ピーマンと鶏肉のカレー炒め 空豆とキャベツのドレ和え フルーツ 生姜ご飯 わかめスープ 665Kcal	抹茶ワッフル 80Kcal	チキンソテー かぶとほうれん草のクリーム煮 大根ツナサラダ 御飯 コンソメスープ 533Kcal
9/27 (土)	チーズ入りスクランブルエッグ なすとインゲンのソテー パン コンソメスープ 野菜ジュース 430Kcal	タンメン 春巻き カリフラワーの中華和え フルーツ 523Kcal 	コーヒーゼリー 87Kcal	豚肉のごま照焼き 大根とちくわの煮物 かぼちゃとえのきの和え 御飯 味噌汁 611Kcal

週間献立予定表

2025年09月28日(月)～2025年09月30日(火)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
9/28 (日)	絹生揚げと野菜の煮物 卵ときくらげの炒め物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	鯖の胡麻煮 かぼちゃコロッケ ごぼうサラダ フルーツ 御飯 コンソメスープ	みたらし団子	和風ロールキャベツ さつま揚げの炒め 小松菜と生椎茸の辛子和え 菜めし 味噌汁
	568Kcal	583Kcal	83Kcal	435Kcal
9/29 (月)	じゃが芋とベーコンのソテー 漬物 鶏雑炊 味噌汁 牛乳	魚のクリームソース煮 ほうれん草とコーンのソテー カリフラワーとハムのサラダ フルーツ 御飯 オニオンスープ	抹茶ババロア	鶏肉のパン粉焼き もやしと海老の炒め物 大根のフレンチドレッシング 御飯 コンソメスープ
	353Kcal	620Kcal	109Kcal	539Kcal
9/30 (火)	肉団子と野菜の薄葛煮 小松菜と蒲鉾の和え物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	カレーうどん 里芋と焼豆腐の田楽 ブロッコリーのおかか和え フルーツ	ロールケーキ	豚肉のくわ焼き つみれと大根の煮物 きゃべつの胡麻和え 御飯 味噌汁
	486Kcal	509Kcal	132Kcal	522Kcal

