



2026年 9月 献立表



ハートフルキッチン(那須校)

	月	火 1日	水 2日	木 3日	金 4日	土 5日	日 6日
朝食		和風醬油チキン2個 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム トマトコンソメスープ 味噌汁	焼き鮭 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム 味噌汁 スープ	スクランブルエッグ・ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ キャベツと揚げの味噌汁	レモンバジルチキン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	チキンのオープン焼き グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 白菜と麩の味噌汁 お弁当	照り焼きチキン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム ココア 味噌汁
昼食		ごはん キャベツと豚肉の塩麴スープ さばのしょうが煮 ミモザサラダ わらびもち	ごはん じゃがいもとわかめの味噌汁 豚肉の塩ダレ炒め シンプルサラダ フルーツがト	ロールパン りんごデニッシュ 鶏肉と野菜のトマト煮 いかリング サラダ菜きゅうりサラダ 牛乳	ごはん わかめと豆腐葱の味噌汁 牛肉とれんこんの甘辛炒め煮 シンプルサラダ 那須の温泉卵	大鷲祭	
夕食		そうめん かきあげ キャベツとささみの梅おかか和え シークワサーゼリー	麦ご飯 ちくわと三つ葉のすまし汁 牛肉のしょうが炒め レタスとにんじんのサラダ とろろ	ごはん 豚汁 カレイの煮付 グリーンサラダ 中華ポテト	坦々麺 黒豚しゅうまい3個 レタストマトサラダ 手作りピーチゼリー		
	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
朝食	調理パン・おにぎり・ごはん・味噌汁等	調理パン・おにぎり・ごはん・味噌汁等	焼き鮭 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム スープ 味噌汁	玉子焼き ひじき煮 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	ハッシュドポテト ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	チーズオムレツ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	調理パン・おにぎり・弁当・ごはん・味噌汁等
昼食	太麺ナポリタン ポテトサラダ ゆでブロッコリー 牛乳	中華丼 れんこんのはさみ揚げ カリフラワーと枝豆のサラダ Caウエハース2個	ごはん かき玉汁 油淋鶏 千切りキャベツサラダ 牛乳	菜めし 豚汁 カレイのしょうが煮 BLTサラダ 和梨	ごはん わかめスープ 山賊焼き シンプルサラダ フルーチェ(いちご)	ひき肉のガーリックごはん ほうれん草と揚げの味噌汁 コロケ&ハムカツ シンプルサラダ 牛乳	塩焼きそば ふかひれスープ ゆでブロッコリー シークワサーゼリー
夕食	ごはん 白菜のしょうがスープ ハーブチキン いんげんのカレーマヨサラダ キャンディーチーズ	野菜味噌ラーメン 豆腐しゅうまい ゆでブロッコリー カットマンゴー	ごはん 丸はんぺんのすまし汁 トンテキ 春雨サラダ 桃の杏仁豆腐	ロコモコ丼 かぼちゃサラダ ゆでブロッコリー 牛乳	トマトクリームスパゲティ じゃがいものホイル焼き レタスコーンサラダ キウイフルーツ	ごはん じゃがいもとわかめの味噌汁 牛肉ケチャップ炒め クルトンサラダ 焼きプリンタルト	ごはん わかめと葱の味噌汁 鶏のからあげ5個 千切りキャベツサラダ りんごジュース
	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
朝食	照り焼きチキン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	ハムチーズピカタ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	チキンのオープン焼き ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム 味付きのり スープ 味噌汁	照り焼きチキン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 スープ	かぼちゃのブチグラタン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 朝カレー 味噌汁	ミートオムレツ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	調理パン・おにぎり・弁当・ごはん・味噌汁等
昼食	スパゲティミートソース えびのたまごサラダ キャベツとコーンのサラダ コーヒーゼリー	ごはん けんちん汁 あじの唐揚げ サラダ菜サラダ 社長の気まぐれ1品	ごはん じゃがいもとわかめの味噌汁 包み焼きハンバーグ ミモザサラダ ぶどう	ロールパン オレンジデニッシュ 秋野菜シチュー ノンフライナゲット3個 シンプルサラダ 牛乳	牛丼 えびとカリフラワーのマリネ レタストマトサラダ ごまだんご	ごはん わかめと豆腐・ねぎの味噌汁(赤だし) 鮭のマスタード焼き 千切りキャベツサラダ 社長の気まぐれデザート	わかめうどん かきあげ ゆでオクラ 水ようかん
夕食	ごはん 野菜味噌汁 タンドリーチキン 海藻サラダ 牛乳	白湯スープうどん えびフリッター キャベツとささみの梅おかか和え 白玉のあずきミルク	ごはん 牛肉のにんにく醤油炒め キャベツとえのきの味噌汁 たこときゅうりのチョレギサラダ 和梨	ごはん 玉ねぎとわかめの味噌汁 鶏のさっぱりジンジャー煮 春雨のマヨポンサラダ 納豆	家系ラーメン ぎょうざ シンプルサラダ 青梅ゼリー	ごはん 秋野菜味噌汁 豚肉と玉ねぎのポン酢炒め シンプルサラダ 社長の気まぐれ1品	ごはん はんぺんのすまし汁 さばの味噌煮 ブロッコリーサラダ 野菜ジュース
	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
朝食	調理パン・おにぎり・弁当・ごはん・味噌汁等	調理パン・おにぎり・弁当・ごはん・味噌汁等	調理パン・おにぎり・弁当・ごはん・味噌汁等	ホットドッグ グリーンサラダ 牛乳 ジャム スープ 味噌汁	レモンバジルチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム スープ 味噌汁	根菜ハンバーグ グリーンサラダ ごはん・パン・コーンフレーク 牛乳 ジャム スープ キャベツと揚げの味噌汁	調理パン・おにぎり・弁当・ごはん・味噌汁等
昼食	きしめん えび天ぷら ブロッコリーサクサクしょうゆ 抹茶プリン	選べるお弁当	ごはん 厚揚げといんげんの味噌汁 ビッグハンバーグ(選べるソース) カリフラワーとえびのマリネ 牛乳	ごはん 牛肉とごぼうのスープ 白身魚のフライ(選べるソース) 千切りキャベツサラダ アセロラゼリー	揚げパン 鶏肉と野菜のトマト煮 骨付きガーリックチキン シンプルサラダ 牛乳	ゆかりごはん 豚肉と白菜のうま煮 なすはさみ揚げ3個 サラダ菜トマトサラダ 牛乳プリン	焼きうどん 鶏つみれとみつばのすまし汁 ゆでブロッコリー&カリフラワー たい焼き
夕食	ごはん 白菜のしょうがスープ 鶏のきじ焼き レタスキゅうりサラダ ジョア ストロベリー	やきそば 小籠包2個 ゆでオクラ Caウエハース2個	鶏飯 きんぴらごぼう ブロッコリーサクサクしょうゆ ぶどうゼリー	ごはん ワンタンスープ なすのチリソース炒め キャベツコーンサラダ オレンジ	肉うどん 切干大根の煮物 キャベツの梅おかか和え お月見大福	ごはん もやしの味噌汁 豚肉のスタミナ炒め 海藻サラダ 那須の温泉卵	ごはん 厚揚げといんげんの味噌汁 豚肉の塩ダレ炒め ゆでオクラ ラフランスゼリー
	28日	29日	30日				
朝食	チーズオムレツ グリーンサラダ ごはん・パン・コーンフレーク 牛乳 ジャム スープ 味噌汁	チキンのオープン焼き ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム スープ 味噌汁	ケチャップ肉団子 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム お茶漬け 厚揚げといんげんの味噌汁	メモ 天候により献立が変更になることがあります。ご了承ください。 9/5、9/6は大鷲祭です。 今月は、お彼岸のおはぎや秋野菜たっぷりの味噌汁など季節ならではのメニューも取り入れていますのでお楽しみに♪ 秋は日中と夜の気温差もあり、体調を崩しやすい時期でもあります。 好き嫌いをせず給食を食べて、睡眠を十分にとり、体調管理に気をつけましょう。			
昼食	和風スープスパゲティ えびのたまごサラダ クルトンサラダ チーズタルト	ごはん じゃがいもとわかめの味噌汁 鶏肉のトマトバジルチーズ焼き ミモザサラダ バナナ	オリジナルカレー えびフリッター シンプルサラダ 牛乳				
夕食	親子丼 かにしゅうまい 大根とツナの塩柑橘サラダ コーヒーゼリー	鶏そば 小籠包2個 もやしナムル おはぎ	ごはん 麻婆なす ごぼうから揚げ サラダ菜トマトサラダ カットマンゴー				

