

宮城県松島自然の家

献立予定表

当施設では、セルフ方式での提供をしております。  
なお、少人数でのご利用や感染症が拡大した場合には、定食形式に変更させて頂くこともございます。  
何卒ご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



令和8年 9月

| 日付                                             | 朝      | 食                                                                                         | 昼      | 食                                                                                                           | 夕      | 食                                                                                                     |
|------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>5<br>10<br>15<br>19<br>23<br>29<br>日<br>A | 朝<br>食 | ごはん 納豆 ふりかけ<br>乳酸菌飲料<br>オムレツ<br>ハムソースステーキ<br>ポテトマカロニサラダ<br>漬物（刻みきゅうり漬け）<br>生野菜<br>わかめのみそ汁 | 昼<br>食 | ゆかりごはん<br>ごはん<br>照り焼き豆腐ハンバーグ<br>ピザ春巻き<br>チャプチェ<br>生野菜<br>フルーツミックス（パイナップル・みかん・りんご・もも・なし・ぶどう・さくらんぼ）<br>きのこスープ | 夕<br>食 | 菜めし<br>ごはん<br>あじフライ<br>若鶏の塩麴照焼<br>フライドポテト（ミニオン）<br>ソース焼きそば<br>ごぼうサラダ<br>生野菜<br>ヨーグルト<br>まめふのみそ汁       |
| 2<br>6<br>11<br>16<br>20<br>25<br>30<br>日<br>B | 朝<br>食 | ごはん 納豆 ふりかけ<br>チーズ<br>えびしゅうまい<br>ウインナー<br>春雨さっぱりサラダ<br>漬物（しば漬け）<br>生野菜<br>えのきのみそ汁         | 昼<br>食 | わかめごはん<br>ごはん<br>とんかつ<br>チーズロール<br>かぼちゃサラダ<br>生野菜<br>ナタデココフルーツ（ナタデココ・パイナップル・りんご）<br>うーめん汁                   | 夕<br>食 | ごはん<br>二色丼の具<br>肉ぎょうざ<br>カニカマ天ぷら<br>大学芋<br>ミニ冷やしうどん<br>ポテトサラダ<br>生野菜<br>乳酸菌飲料<br>海藻スープ                |
| 3<br>8<br>12<br>17<br>21<br>26<br>日<br>C       | 朝<br>食 | ごはん 納豆 ふりかけ<br>乳酸菌飲料<br>ハンバーグおろしソース<br>厚焼き卵<br>きんぴらごぼう<br>漬物（つぼ漬け）<br>生野菜<br>油麴のみそ汁       | 昼<br>食 | 菜めし<br>ごはん<br>白身魚フライ<br>鶏野菜肉巻き<br>スパゲティサラダ<br>生野菜<br>豆乳杏仁フルーツ（豆乳杏仁・みかん）<br>みそスープ                            | 夕<br>食 | わかめごはん<br>ごはん<br>若鶏の塩唐揚げ<br>エビマヨ<br>フライドポテト（スマイル）<br>ナポリタンソテー<br>卵サラダ<br>生野菜<br>オレンジゼリー<br>なめこのみそ汁    |
| 4<br>9<br>13<br>18<br>22<br>27<br>日<br>D       | 朝<br>食 | ごはん 納豆 ふりかけ<br>チーズ<br>かにしゅうまい<br>肉団子<br>ビーフンソテー<br>漬物（しば漬け）<br>生野菜<br>じゃが芋のみそ汁            | 昼<br>食 | ごはん<br>ハヤシライス<br>あらびきチキン<br>三角ポテトチーズフライ<br>マカロニサラダ<br>生野菜<br>フルーツポンチ（パイナップル・リンゴ・オレンジゼリー）<br>わかめスープ          | 夕<br>食 | ゆかりごはん<br>ごはん<br>チーズインハンバーグ<br>イカリングフライ<br>ジャーマンポテト<br>ミニ冷やしそうめん<br>カニ風味サラダ<br>生野菜<br>野菜ジュース<br>春雨スープ |

※毎食時に、水やお茶等の飲み物をご用意しております。食事時間のみご利用ください。  
※都合により献立の一部が変更になることがあります。ご了承下さい。  
※毎食時に、マヨネーズ・ケチャップ・ソース・しょうゆ・ドレッシングが2～3種類出ます。