

令和6年度 第3回 特別養護老人ホームささえ運営推進会議報告書

日時 令和6年9月25日(水) 14:00~14:20

場所 グループホームポータウン 2階会議室

参加者

地域包括支援センターみちのく

相馬町町会長

特別養護老人ホームささえ 施設長

生活相談員

管理栄養士

入居者家族 1名

(報告内容)

1. 行事報告(ささえ便り参照)

町内ねぶたでは地域との交流もとることができました。納涼会ではご家族の参加が5名、敬老会では9名の参加がありました。とても喜んでもらえました。

2. 入居者様の状況

9/25現在の入居者数は22名。そのうち女性が17名、男性が5名です。平均介護度4.0 平均年齢は85.0歳です。

3. 待機者数17名

4. 事故報告、ヒヤリハット

8月 事故報告 2件 ・ホールで転倒し左大腿骨頸部骨折した。 ・車椅子に座ろうとして床に尻もちをついた。

ヒヤリハット なし。

9月(9/25現在)

事故報告 1件 ・車椅子から転落し左眉裂傷した。

ヒヤリハット 1件 ・薬の飲ませ忘れをする可能性があった。

5. 研修

内部研修 8/28『プライバシー保護・法令遵守について』

9/18『火災時の避難訓練』『地震・水害時の避難訓練』

6. 今後の予定

・10/23 焼き芋会 プランターで栽培したサツマイモを使用します。その他、ジャガイモなども焼きます。

・11月 紅葉狩り

7. 厨房より(別紙参照)

嗜好調査を対面で一人一人聞き取りしました。6の満足とは食事を楽しめているかどうか。8の好きな果物は断トツでリンゴが多かったです。9の誕生日のお祝いでは、誕生日の入居者に喜んでもらえるような献立にするために聞き取りをしました。年に2回嗜好調査を行っています。細かく聞き取りすることが出来、嬉しい言葉も聞かれるため職員も励みになっています。見た目も大事にして食事作りを行っています。10月の祝日には茶碗蒸しを出す予定です。

8. その他

施設長「入居者は食事を楽しみにしています。食べたいけど病気で食べられない方もいるので、食べれることは幸せな事。嗜好調査をしたのであれば、個人個人に合わせて対応できるように頑張りましょう。服薬のミスは色々な施設でも二重三重のチェックをしてもなくなりません。毎月、事故防止委員会を開催して話し合いをしています。転倒に関しても、機能的に歩けなくても歩いてしまい転倒する。職員が付きっきりで対応することはできないが、注意して対応しています。ついさっきまで側にいたのに、振り向いたら転倒していたということもあります。

当施設や関連施設ではありませんが、某施設で入居者の半分がコロナに感染したそうです。コロナが収まったといっても油断できません。」

家族「ワクチン接種はどうなりますか？接種にはデメリットもあるので。」

施設長「コロナもインフルも予防接種も行っていく予定です。職員は6回目からは自己判断で接種をしてもらっています。ワクチン接種をすることで、感染しても軽症で済むので接種した方が良いと推奨されています。接種を希望するか家族に確認し、希望者に接種します。職員のコロナ感染もポツポツと出てはいますが、幸い広がっていないです。」

包括「

町会長「良くやっている。食事に気を使っていて、私が食べている料理より良い。米も高く、野菜の値段も安定していない。」

栄養士「パンを食べていても、米を食べたいという人が多いです。」

令和6年度 後期嗜好調査 結果

実施期間 令和6年 9月16日～22日

対象者 喫食者22名（入居者23名、うち絶飲食1名）

1. 主食（ご飯やお粥）の量は、あなたにあっていますか？

多い	ちょうどいい	少ない	無回答 (わからない)
6名	16名	0名	0名
27%	73%	0%	0%

2. 汁物の味付けは、あなたにあっていますか？

濃い	ちょうどいい (おいしい)	薄い	無回答 (わからない)
1名	21名	0名	0名
5%	95%	0%	0%

3. 副食（おかず）の量は、あなたにあっていますか？

多い	ちょうどいい	少ない	無回答 (わからない)
2名	18名	2名	0名
9%	82%	9%	0%

4. 副食（おかず）の味付けは、あなたにあっていますか？

濃い	ちょうどいい (おいしい)	薄い	無回答 (わからない)
0名	21名	0名	1名
0%	95%	0%	5%

5. 食事の盛り付け、見た目は、あなたからみてどうですか？

おいしそうに見える	おいしそうに見えない	無回答 (わからない)
17名	0名	5名
77%	0%	23%

6. 特養ホームささえでの食事に、あなたは満足していますか？

満足	やや満足	普通	やや不満	不満	無回答
11名	5名	4名	0名	0名	2名
51%	22%	18%	0%	0%	9%

7. 6での回答は、どのような理由からですか？

- ・たまに胡椒が強い時がある（やや満足）
- ・生ものが食べたいから（普通）
- ・汁物が少し多い（普通）
- ・もっと食べたい（普通）
- ・（お粥の方）ご飯はいつ食べれるかと思って（やや満足）
- ・和菓子が出るから（満足）
- ・美味しいよ（満足）
- ・茶碗蒸しや混ぜご飯美味しいから（満足）
- ・ご飯がちょっと多い（やや満足）
- ・野菜が多い（やや満足）

8. 果物（果物缶含む）であなたが好きなのはなんですか？
- ・生の果物なら好き
 - ・バナナ（同回答2名）
 - ・みかん缶
 - ・煮たリンゴ
 - ・みかん（同回答3名）
 - ・桃
 - ・リンゴ（同回答4名）
 - ・干し柿
 - ・果物はあまり好きでない
 - ・メロン（同回答2名）
 - ・いちご
 - ・スイカ（同回答2名）
 - ・なんでも好き（同回答6名）
9. 誕生日のお祝いの時に食べたいものはありますか？
- ・茶碗蒸し（同回答4名）
 - ・赤飯（同回答4名）
 - ・ゼリーまたはプリン（同回答2名）
 - ・刺身
 - ・ケーキ
 - ・焼いた魚
 - ・ご飯ものならなんでも
 - ・南蛮味噌が食べたい
 - ・スイカとメロンが食べたい
10. ご意見、ご要望がありましたら教えてください。
- ・お粥がもう少しかためがいいなあ。
 - ・ここ（ささえ）の味付け、おかずとっても美味しい。
 - ・甘いものは嫌い、辛いものが好きです。
 - ・ご飯もの（炊き込みご飯）がおかわりしたいくらい美味しい。
 - ・なんも手え込んでなくていい、焼いた魚でいい。
 - ・味付けは薄めがいい。
 - ・栗入ったのはあまり好きでない。
 - ・帆立が食べたい。
 - ・もっと茶碗蒸しと炊き込みご飯食べたい。
 - ・甘いもの好き。
 - ・ご飯ありがとう。

	8/1 (木)	8/2 (金)	8/3 (土)	8/4 (日)	8/5 (月)	8/6 (火)	8/7 (水)
朝食	ご飯 焼きウインナー ひじきといんげん煮物 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 玉子焼き 茄子とさつま揚げみぞれ煮 味噌汁 牛乳	ご飯 あじ塩焼き すき昆布とれんこん煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き 野菜とベーコン炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 生揚げ含め煮 玉ねぎと魚肉ソーセージ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 つみれといんげん煮物 きんぴられんこん 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 炒り豆腐 ピーマンとツナ中華炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 海老カツ 大根たらこ煮 ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 鯉ちゃんちゃん焼き風 枝豆と干しエビの和え物 ミニあんドーナツ 味噌汁	ご飯 筑前煮 冷やしトマト エッグタルト (先生から) 味噌汁	ご飯 シーフードカレー 福神漬け うの花サラダ バナナフルーツミックス	ご飯 骨あり)サーモン塩焼き 牛肉とピーマン甘辛炒め カステラ (先生から) 味噌汁	ご飯 あじ南蛮漬け ゆでとうもろこし 白菜の塩昆布和え 味噌汁	ご飯 牛肉すき煮 カリフラワー梅和え 焼き茄子 ミニ冷やしそうめん
夕食	ご飯 八宝菜 春巻き 胡瓜南蛮味噌和え 刺身 まぐろ 味噌汁	ご飯 豚肉生姜焼き かぼちゃ甘辛煮 いんげんピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 牛肉バラ焼き風 大根きんぴら わかめとかにかま酢の物 味噌汁	ご飯 ほっけつけ焼き 麻婆豆腐 菜の花彩り和え 味噌汁	ご飯 おでん風煮物 小松菜と舞茸炒め 長芋醤油和え 味噌汁	ご飯 豚肉ねぎ塩焼き 冬瓜と海老の含め煮 春菊からし和え 味噌汁	ご飯 さば塩焼き 肉野菜炒め 煮豆 すまし汁
	8/8 (木)	8/9 (金)	8/10 (土)	8/11 (日)	8/12 (月)	8/13 (火)	8/14 (水)
朝食	ご飯 肉団子とかぶ煮物 ふきとエリンギの塩きんぴら 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 玉子焼き 大根炒め煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 たら味噌つけ焼き 人参和え 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 肉詰め福荷煮 キャベツとしらす炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き すき昆布煮物 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 焼きウインナー 野菜炒め のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごとし 白菜とベーコン中華炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 ほっけつけ焼き じゃがいもそぼろ煮 胡瓜ごま酢和え 味噌汁	ツナサンド ブランデーケーキ シチュー 胡瓜サラダ 果物 (すいか)	ご飯 牛肉と茄子甘辛炒め 五目うの花 和菓子 (練り切り) 味噌汁	炊き込みご飯 あじつけ焼き 茶碗蒸し フロッコリー胡麻和え 味噌汁	ご飯 鮭塩焼き ビーフン炒め フルーチェ・ピーチ 味噌汁	赤飯 かき揚げ 胡瓜なます ゆで だけきみ すまし汁	ご飯 ビーフカレー 福神漬け レタスサラダ みかん缶
夕食	ご飯 鶏唐揚げ セロリと帆立炒め マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 コロッケ 麻婆茄子 冷ややっこ 味噌汁	ご飯 焼き餃子 玉ねぎとハム中華炒め さつまいも甘煮 中華スープ	ご飯 肉じゃが オクラとモロヘイヤおかか和え 白和え 味噌汁	ご飯 煮込みハンバーグ ズッキーニ炒め ポテトサラダ コンソメスープ	ご飯 豚肉やわらか煮 ほうれん草からし和え ごぼう胡麻マヨネーズ和え 味噌汁	ご飯 赤魚塩焼き アスパラコンソメ炒め 長芋醤油昆布和え 味噌汁
	8/15 (木)	8/16 (金)	8/17 (土)	8/18 (日)	8/19 (月)	8/20 (火)	8/21 (水)
朝食	ご飯 つみれとかぶ煮物 きんぴられんこん 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 玉子焼き 白菜とかにかまとろみ煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 肉団子と根菜煮物 焼ちくわともやし炒め のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 ハムエッグ いんげんときのこ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 信田煮 青梗菜とツナ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 あじ塩焼き 大豆五目煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 炒り豆腐 アスパラ炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 うなぎかば焼き 茄子の肉みそ炒め みょうが甘酢和え 味噌汁 終戦の日	ご飯 かれい野菜あんかけ フロッコリーおかか和え 和菓子 (うぐいす) 味噌汁	ご飯 鶏肉ねぎ塩炒め ゆで だけきみ 春菊ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 豚肉とみょうがの味噌炒め 枝豆と干しエビの和え物 アイス風デザート 味噌汁	ご飯 鮭塩焼き 昆布と舞茸煮物 たまご豆腐 味噌汁	照り焼きサンド デニッシュパン コーンクリーム煮 グリーンサラダ フルーツミックスゼリー	ご飯 豚肉生姜焼き ひじき炒め煮 焼き茄子 味噌汁
夕食	ご飯 鶏唐揚げ 焼売あんかけ アボカドサラダ すまし汁	ご飯 牛肉ときのこ甘辛炒め 春巻き 胡瓜とくらげ中華和え 味噌汁	ご飯 ほっけ塩焼き 麻婆豆腐 オクラと海藻の青じそ和え 味噌汁	ご飯 海老フライ かぼちゃひき肉あんかけ 菜の花からし和え 味噌汁	ご飯 鶏肉と大根照り煮 春雨炒め 海老とふき酢味噌和え すまし汁	ご飯 牛肉バラ焼き風 冬瓜冷やしかにあんかけ カリフラワー梅おかか和え 味噌汁	ご飯 さば味噌煮 ロールキャベツ 胡瓜ごま酢和え すまし汁
	8/22 (木)	8/23 (金)	8/24 (土)	8/25 (日)	8/26 (月)	8/27 (火)	8/28 (水)
朝食	ご飯 焼きウインナー 切干大根の煮物 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 かれい煮つけ いんげんとさつま揚げ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 肉詰め福荷煮 五目うの花 のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 オムレツ 玉ねぎと魚肉ソーセージ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 つみれといんげん煮物 きんぴらごぼう 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 ベーコンエッグ 人参と豆苗炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 たら味噌つけ焼き ハムとほうれん草コンソメ炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 白身魚フライ 牛肉とごぼうしぐれ煮 もずく酢の物 味噌汁	ご飯 ポークカレー 福神漬け サンチュサラダ 果物 (マンゴー)	納涼会	ご飯 赤魚つけ焼き 牛肉とピーマン甘辛炒め 長芋醤油昆布和え 味噌汁	ご飯 牛肉ねぎ塩炒め 枝豆と干しエビの和え物 果物 (すいか) 味噌汁	ご飯 チキントマト煮 オクラとモロヘイヤおかか和え 白和え わかめスープ	ご飯 豚肉と茄子香味炒め 大根たらこ煮 アイス風デザート
夕食	ご飯 酢豚風肉団子 冷ややっこ さつまいも甘煮 味噌汁	ご飯 えび餃子 ズッキーニの肉みそ炒め 昆布巻き 中華スープ	ご飯 鶏肉と根菜醤油煮 オクラとカニカマ醤油和え 大根なます 味噌汁	ご飯 煮込みハンバーグ フロッコリーと帆立バター醤油炒め マカロニサラダ コンソメスープ	ご飯 さばつけ焼き じゃがいもそぼろ煮 春菊ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 あじ甘酢あんかけ かぶと肉団子煮物 おからと玉ねぎマヨネーズ和え 味噌汁	ご飯 海老カツ 生揚げの胡麻味噌煮 冷やしトマト すまし汁
	8/29 (木)	8/30 (金)	8/31 (土)				
朝食	ご飯 たまごとし 揚げ茄子とさつま揚げみぞれ煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 かに高野と野菜煮 焼ちくわともやし炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 ほっけつけ焼き 青梗菜と舞茸炒め 漬物 味噌汁 牛乳				
昼食	ご飯 かれい野菜あんかけ 冬瓜含め煮 菜の花からし和え 味噌汁	ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃ甘辛煮 ベビーリーフサラダ 味噌汁	炊き込みご飯 豚冷しゃぶ風 ひじき炒め煮 杏仁フルーツ 味噌汁				
夕食	ご飯 牛肉とニンニクの芽炒めもの がんもどき炊き合わせ 煮豆 刺身 まぐろ 味噌汁	ご飯 焼き餃子 セロリと海老炒め フロッコリー胡麻和え 味噌汁	ご飯 八宝菜 カニクリームコロッケ 胡瓜のなつと昆布和え 味噌汁				

	9/1 (日)	9/2 (月)	9/3 (火)	9/4 (水)	9/5 (木)	9/6 (金)	9/7 (土)
朝食	ご飯 信田煮 アスパラ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 オムレツ ひじきとはんぺん煮物 味噌汁 牛乳	ご飯 鴨つみれとかぶ煮物 小松菜と干しエビ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 豆腐しんじょと根菜煮 いんげんときのこ炒め のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き ピーマンとツナ中華炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 赤魚塩焼き 白菜とかにかまどろみ煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごじ 大根きんぴら 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 たらマヨネーズ焼き 麻婆豆腐 わかめとかにかま酢の物 ミニかけそば	ご飯 肉じゃが ぜんまい炒め煮 あんドーナツ (先生から) 味噌汁	ご飯 鶏唐揚げ 昆布と舞茸炒め煮 カリフラワーとパプリカのマリネ 味噌汁	ご飯 シーフードカレー 福神漬け おからと胡瓜のサラダ 白桃缶	ご飯 あじ南蛮漬け アスパラとハムコンソメ炒め 茶碗蒸し (先生から) 味噌汁	ご飯 きのこハンバーグ 春雨炒め 枝豆と干しエビの和え物 味噌汁	ご飯 鮭ちゃんちゃん焼き風 かにかまと長芋醤油和え カステラ (先生から) すまし汁
夕食	ご飯 牛肉すき煮 冬瓜と帆立煮物 ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 かれい唐揚げ 牛肉とピーマン甘辛炒め 白菜の塩昆布和え 味噌汁	ご飯 さば塩焼き がんと細竹炊き合わせ オクラと海藻の青じそ和え 味噌汁	ご飯 豚肉生姜焼き かぼちやいとこ煮 ほうれん草からし和え 味噌汁	ご飯 牛肉バラ焼き風 切り干し大根の煮物 ごぼう胡麻マヨネーズ和え 味噌汁	ご飯 海老フライ 青梗菜と鶏肉のきくらげ炒め みょうが三杯酢和え 味噌汁	ご飯 筑前煮 揚げ出し豆腐あんかけ カリフラワー梅和え 味噌汁
	9/8 (日)	9/9 (月)	9/10 (火)	9/11 (水)	9/12 (木)	9/13 (金)	9/14 (土)
朝食	ご飯 焼きウインナー ぼたん竹輪ともやし炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 ほっけ塩焼き アスパラとベーコン炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 炒り豆腐 キャベツとしらす炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 玉子焼き 冬瓜とさつま揚げ炒め煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 れんこん入りつくね照り煮 ほうれん草としらす炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き すき昆布煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 つみれといんげん煮物 アスパラベーコン炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ツナサンド デニッシュパン かぼちやクリーム煮 レタスサラダ 果物 (梨)	ご飯 コロケ盛り合わせ 茄子と帆立照り煮 冷やしトマト かきたま汁	ご飯 酢豚風肉団子 海老とブロッコリー塩昆布炒め マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 鶏肉と野菜味噌炒め モロヘイヤなめ茸和え フルーチェ・バナナ すまし汁	ご飯 かれい煮つけ 人参と豆苗炒め 長芋醤油昆布和え 味噌汁	ご飯 豚肉ねぎ塩焼き 五目うの花 いちごムース 味噌汁	ご飯 チキンカレー 福神漬け さつま芋サラダ フルーツヨーグルト
夕食	ご飯 たらみぞれ煮 キャベツと豚肉炒め 春菊ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 えび餃子 牛肉とごぼうしぐれ煮 豆とさつまいも甘煮 中華スープ	ご飯 さば味噌煮 ズッキーニとセロリ炒め 小松菜からし和え すまし汁	ご飯 赤魚つけ焼き ビーフン炒め 帆立とわかめの酢味噌和え 味噌汁	ご飯 牛肉ときのこ甘辛炒め 大豆五目煮 なめこと大根三杯酢和え 刺身まぐろ 味噌汁	ご飯 サーモンフライ ぜんまい炒め煮 菜の花胡麻和え 味噌汁	ご飯 たらマヨネーズ焼き 生揚げの胡麻味噌煮 もずく酢の物 味噌汁
	9/15 (日)	9/16 (月)	9/17 (火)	9/18 (水)	9/19 (木)	9/20 (金)	9/21 (土)
朝食	ご飯 あじつけ焼き 肉団子とふき煮物 のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごじ きんぴらごぼう のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 かに高野と野菜煮 玉ねぎと魚肉ソーセージ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 ほっけ塩焼き 白菜とウインナー炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 炒り豆腐 冬瓜とさつま揚げ炒め煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き 菜の花としらす炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 かれい煮つけ キャベツとハム炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 牛肉とピーマン甘辛炒め 野菜炒め 冷やっこ 味噌汁	敬老会	ご飯 鶏肉甘酢あんかけ セロリと海老炒め 十五夜デザート 味噌汁 十五夜	たまごサンド デニッシュパン シチュー 水菜サラダ ミックスフルーツゼリー	ご飯 たらみぞれ煮 ブロッコリー塩昆布炒め 小豆デザート さつま汁 秋彼岸	ご飯 豚肉生姜焼き アスパラと海老炒め わかめとかにかま酢の物 味噌汁	ご飯 煮込みハンバーグ セロリと帆立バター炒め かぼちやサラダ コンソメスープ
夕食	ご飯 八宝菜 カニクリームコロッケ トマトサラダ 中華スープ	ご飯 赤魚つけ焼き にら野菜炒め 枝豆入り白和え 味噌汁	ご飯 栗炊き込みご飯 豚肉とキャベツ炒め ひじき炒め煮 モロヘイヤおかか和え 味噌汁	ご飯 とんかつ 青梗菜炒め 焼き茄子 味噌汁	ご飯 えび餃子 牛肉とピーマン甘辛炒め 牛布巻き 味噌汁	ご飯 あじつけ焼き 白菜とザーサイ炒め カリフラワーとパプリカのマリネ 味噌汁	ご飯 おでん風煮物 牛肉とれんこん煮物 いんげんピーナッツ和え 味噌汁
	9/22 (日)	9/23 (月)	9/24 (火)	9/25 (水)	9/26 (木)	9/27 (金)	9/28 (土)
朝食	ご飯 焼きウインナー 切干大根煮物 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 赤魚つけ焼き きんぴられんこん のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 肉詰め稲荷煮 きのこと昆布煮物 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 えびつみれと根菜煮 白菜と魚肉ソーセージ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き ひじき煮物 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 れんこん入りつくね照り煮 竹輪とピーマン炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 かれい煮つけ 青梗菜とベーコン炒め のり佃煮 味噌汁 牛乳
昼食	炊き込みご飯 筑前煮 茶碗蒸し 菜の花彩りし和え 味噌汁 秋分の日	ご飯 豚とろ甘辛炒め 冬瓜たらこ煮 キャベツからし和え 味噌汁	ご飯 ポークカレー 福神漬け レタスサラダ みかん缶	ご飯 牛肉とれんこん照り煮 人参和え ブロッコリーとたまごのサラダ 味噌汁	ご飯 鶏肉ときのこクリーム煮 帆立風味フライ 春菊ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 肉じゃが 春雨炒め 焼き茄子 味噌汁	ご飯 エビフライ 冬瓜と肉団子煮物 果物 (マンゴー) 味噌汁
夕食	ご飯 さば塩焼き ロールキャベツ 胡瓜ごま酢和え 味噌汁	ご飯 海老カツ 麻婆豆腐 アボカドサラダ 味噌汁	ご飯 ほっけ塩焼き ズッキーニとウインナー炒め 長いも醤油昆布和え 味噌汁	ご飯 鮭ちゃんちゃん焼き風 かぼちや甘辛煮 カリフラワー梅和え 味噌汁	ご飯 焼き餃子 キャベツと海老キムチ炒め 胡瓜南蛮味噌和え 中華スープ	ご飯 さばつけ焼き 五目うの花 ごぼう胡麻マヨネーズ和え 味噌汁	ご飯 鶏肉と根菜醤油煮 いんげんおから炒め マカロニサラダ すまし汁
	9/29 (日)	9/30 (月)					
朝食	ご飯 オムレツ 白菜とかにかまどろみ煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 焼きウインナー 高野豆腐の煮物 漬物 味噌汁 牛乳					
昼食	ご飯 ハンバーグ すき昆布煮物 サンチュサラダ 味噌汁	ご飯 おでん風煮物 肉野菜炒め 白和え すまし汁					
夕食	ご飯 たらチーズ焼き 大根と里芋そぼろ煮 干しエビとオクラ和え物 味噌汁	ご飯 鮭ちゃんちゃん焼き風 麻婆茄子 冷やしトマト すまし汁					