

9月分 予定献立表

日	曜	主食	献立名
1	金	ごはん	さわらの煮付け 鶏肉とこんにゃく炒煮 二色和え トマト みそ汁
2	土	パン	鶏団子入りクリームシチュー フルーツミックス
4	月	ごはん	鯖の竜田揚げ ニラハムソテー トマト 千切大根酢物 みそ汁
5	火	ごはん	牛肉とごぼうの炒煮 粉ふき芋 春雨サラダ みそ汁
6	水	めん	冷やし中華 五目野菜煮
7	木	ごはん	うの花炒煮 大根と豚肉煮物 竹輪煮 みそ汁 ほうれん草お浸し/(くりぐみ〜)ピーナツ和え
8	金	ごはん	酢豚 れんこんきんぴら 白菜おかか和え みそ汁
9	土	パン	さつま汁 フルーツミックス
11	月	ごはん	エビカツ スッキーとベーコンのソテー チキンサラダ トマト のり佃煮 みそ汁
12	火	ごはん	豚肉の生姜焼き じゃが芋甘辛煮 小松菜おかか和え みそ汁
13	水	めん	ミートスパゲティ コールスローサラダ 大根スープ
14	木	ごはん	鶏の照り焼き ひじきと豚肉炒煮 トマト 竹輪ときゅうりのごま酢和え みそ汁
15	金	ごはん	チキンライス ホタテフライ タコウィンナー ブロッコリー カレーライス カレースパゲティ コーンサラダ 梨 みかん缶 ワカメスープ
16	土	パン	白菜とベーコンのクリームシチュー フルーツミックス
19	火	ごはん	じゃご飯 ミニ春巻き ピーファンソテー トマト ささみときゅうりのごま酢和え みそ汁
20	水		お べ ん と う
21	木	ごはん	豆腐チャンプルー 小芋そぼろ煮 ほうれん草ごま和え トマト みそ汁
22	金	ごはん	カレーライス 白菜ドレッシング和え 福神漬 すまし汁
25	月	ごはん	ワカメ御飯 メンチカツ ボイルキャベツ トマト じゃが芋と水菜のサラダ みそ汁
26	火	ごはん	ミックスオムレツ 筑前煮 小松菜ごま和え トマト みそ汁
27	水	めん	ちゃんぽん風ラーメン 厚揚げと大根煮物
28	木	ごはん	揚げなすのあんかけ 南瓜含め煮 ウィンナーケチャップ和え みそ汁
29	金	ごはん	鶏肉と野菜の旨煮 まぐろフレーク缶 みそ汁
30	土	パン	ハヤシシチュー フルーツミックス