

9月4日(月)



【献立表】

ココア揚げパン
ツナサラダ
米粉のコーンスープ
梨
牛乳

9月5日(火)



【献立表】

ごはん〔ひじきふりかけ〕
厚焼きたまご
しらたきのピリ辛炒め
飛鳥汁
ミックスナッツ
牛乳

9月6日(水)



【献立表】

菜めし
あじの揚げ玉フライ
和風サラダ
のっぺい汁
牛乳

9月7日(木)



【献立表】

えびピラフ
とり肉のレモンペッパー焼き
ラビオリスープ
ゴールドキウイフルーツ
牛乳〔ミルメークココア〕

9月8日(金)



【献立表】

麦ごはん
ポークしゅうまい
チンジャオロースー
春雨とちくわのスープ
冷凍みかん
牛乳

9月11日(月)



【献立表】

ごはん
いかのチリソースかけ
きゅうりともやしのナムル
中華風たまごスープ
カルシウムヨーグルト
牛乳

9月12日(火)



【献立表】

麦ごはん
ハンバーグ和風きのこソース
ブロッコリーのかつおぶしあえ
さつまいものみそ汁
牛乳

9月13日(水)



【献立表】

ビビンバ風混ぜごはん
ぼうぎょうざ
フルーツ白玉
わかめと春雨のスープ
牛乳

9月14日(木)



【献立表】

ナン
カレーミート
野菜チップス
ABCスープ
巨峰
牛乳

9 月 15 日 (金)



【 献 立 表 】

ごはん
揚げ出し豆腐のおろしあんかけ
磯辺あえ
肉じゃが
牛乳

9 月 19 日 (火)



【 献 立 表 】

スパゲティ
寒天サラダ〔ドレッシング〕
ミートボールソース
米粉のりんごケーキ
牛乳

9 月 20 日 (水)



【 献 立 表 】

わかめごはん
鮭のオイネーズ焼き
きゅうりの風味漬け
なめこのみそ汁
牛乳

9 月 21 日 (木)



【 献 立 表 】

発芽米ごはん
コールスローサラダ
チキンカレー
パイナップル
牛乳

9 月 22 日 (金)



【 献 立 表 】

きのこごはん
マヨおひたし
すまし汁
さつまチーズ蒸しパン
牛乳

9 月 25 日 (月)



【 献 立 表 】

麦ごはん
赤魚の一夜干し
中華あえ
マーボ厚揚げ
牛乳

9月26日(火)



【献立表】

ごはん〔味つけのり〕
とり肉のレモンしょうゆ
マカロニサラダ
豆腐とわかめのみそ汁
牛乳

9月27日(水)



【献立表】

ごはん
親子丼の具
キャベツのたくあんあえ
えび団子のすまし汁
カル鉄ヨーグルト
牛乳

9月28日(木)



【献立表】

黒食パン〔ブルーベリージャム〕
手作り豆腐ミートグラタン
コンソメスープ
オレンジ
牛乳

9 月 29 日 (金)



【 献 立 表 】

栗ごはん

さんまの竜田揚げごましょうゆ味

きゅうりの南蛮漬け

お月見汁

お月見ゼリー

牛乳