

9 月 3 日 (火)



【 献 立 表 】

きなこ揚げパン

ツナサラダ

米粉のコーンスープ

梨

牛乳

9 月 4 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 5 日 (木)



【 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 6 日（金）



【 献 立 表 】

えびピラフ
タンドリーチキン
チーズスープ
バナナ
牛乳（ミルメークコーヒー）

9 月 9 日（月）



【 献 立 表 】

ごはん（ひじきふりかけ）
厚焼きたまご
白滝のピリ辛炒め
飛鳥汁
ミックスナッツ
牛乳

9 月 10 日（火）



【 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
りんごコアヨーグルト
牛乳

9 月 11 日 (水)



【 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 12 日 (木)



【 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
さつま汁
牛乳

9 月 13 日 (金)



【 献 立 表 】

麦ごはん
えびしゅうまい
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 17 日 (火)



【 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

9 月 18 日 (水)



【 献 立 表 】

スパゲッティ

寒天サラダ (ドレッシング)

ペスカトーレソース

米粉のりんごケーキ

牛乳

9 月 19 日 (木)



【 献 立 表 】

わかめごはん

鮭のオイネーズ焼き

ごまずあえ

なめこのみそ汁

牛乳

9 月 20 日 (金)



【 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 24 日 (火)



【 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 (水)



【 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 (木)



【 献 立 表 】

ごはん (鮭ふりかけ)
とり肉のレモンしょうゆ
マカロニサラダ
とうふとわかめのみそ汁
牛乳

9 月 27 日 (金)



【 献 立 表 】

黒食パン (ブルベリージャム)
豆腐のキッシュ
コンソメスープ
オレンジ
牛乳

9 月 30 日 (月)



【 献 立 表 】

ごはん
親子丼の具
即席漬け
えび団子のすまし汁
カル鉄ヨーグルト
牛乳