

献立表

9月

	日	月	火	水	木	金	土
	16	17	18	19	20	21	22
朝食	食パン コンソメスープ 目玉焼き 果物 ヨーグルト	米飯200g 味噌汁 肉団子トマト煮 マカロニサラダ オクラおかか和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 納豆 ひじき煮 菜の花辛子和え 牛乳	米飯200g 味噌汁 サモバタ醤油焼き チキン二色巻き のり佃煮 牛乳	米飯200g 味噌汁 厚焼き玉子 おろし和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 豆腐のそぼろ炒め なすと厚揚げの味噌煮 オクラゆば和え 味付のり 牛乳	米飯200g 味噌汁 イカリ芋 炒り豆腐包み焼き 金平ごぼう 梅干し 牛乳
昼食	米飯200g 味噌汁 白身魚の香味ソース さつま芋そぼろあん 切干大根サラダ プリン	たぬきそば 南瓜のバター醤油煮 ブロッコリーごま和え 果物	野菜カレー コンソメスープ イカリング グリーンサラダ フルーツ	三色丼 すまし汁 南瓜サラダ 漬物 果物	米飯200g 味噌汁 ホッケフライ 高野豆腐の煮物 味噌田楽 果物	ロールサンド ロールパンクリーム煮 トマトサラダ 果物	オムライス コンソメスープ 盛り合わせ プリン
夕食	米飯200g 春雨スープ カニ玉風 ビーフンソテー 棒々鶏サラダ 乳酸菌飲料	栗ごはん 豚汁(丼盛) マス塩焼き れんこんきんぴら 水ようかん 野菜ジュース	わかめ御飯 味噌汁 白身魚の唐揚げあんかけ ニラ卵とじ 白菜と桜えびの和え物 ジュース	米飯200g 味噌汁 豚しょうが焼き 炒り豆腐 菜の花とじゃこ和え ゼリー	米飯200g 中華スープ 酢豚 えび焼売・春巻き 海草サラダ 乳酸菌飲料	米飯200g けんちん汁(丼盛) 親子煮 切干大根炒め もやしの中華和え ヨーグルト	米飯200g 味噌汁 タラのマヨネーズ焼き ナポリタン ミートボール ゼリー
3時	スイートト	ババロア	タルト	さつま芋ケーキ	黒ゴマプリン	アップルパイ	コーヒゼリー