

## 献立表

9月

	日	月	火	水	木	金	土
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	米飯200g 味噌汁 アジの柚子風味焼き 豚肉と野菜の炒め物 味付海苔 牛乳	米飯200g 味噌汁 鶏そぼろ信田 ミートボール 菜の花の辛子和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 うま煮 和牛のお浸し 梅干し 牛乳	米飯200g 味噌汁 厚焼き玉子 チキン二色巻き 海草サラダ ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 かつ西京焼き 肉団子煮 味付海苔 牛乳	米飯200g 味噌汁 さつま煮 ナス味噌炒め 白菜磯和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 ウィンナーソーテー 温泉卵 お浸し 牛乳
昼食	オムライス クリームソースかけ 盛り合わせサラダ 果物	鶏ごぼう御飯 味噌汁 サバの塩焼き 卵豆腐あんかけ 果物缶	カツ丼 わんこそば 漬物 フルーツヨーグルト	ゆかり御飯 すまし汁 サバの味噌煮 焼きなす 大根梅かけ 果物	けんちんうどん 豆腐そぼろあん ほうれん草のごま和え 果物	米飯200g 味噌汁 カレイの甘酢あんかけ ビーフンソーテー おさつサラダ 水ようかん	ポークカレー コンソメスープ マカロニサラダ 果物
夕食	米飯200g 味噌汁 八宝菜 焼き餃子・海老茶巾 春雨ごま酢和え ジュース	米飯200g コンソメスープ 鶏照りマヨ焼き スペイン風オムレツ 大根サラダ 乳酸菌飲料	米飯200g 味噌汁 サワラの照り焼き 野菜ハンバーグ ごぼうサラダ ゼリー	米飯200g 味噌汁 チキンカツ かぼちゃサラダ 果物 ジュース	米飯200g 味噌汁 豚肉味噌焼き あぶ玉煮 ピーナツ和え 乳酸菌飲料	米飯200g 味噌汁 煮込みハンバーグ ジャーマンオムツ 果物 ジュース	米飯200g 味噌汁 鶏肉焼肉たれ焼き 白身フライ 小松菜の和え物 ヨーグルト
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	ヨーヨーゼリー