

# 平成29年 9月予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	デザート	
16	土	朝	ご飯	炒り鶏	青菜とコーンのソテー	みそ汁	-
		昼	お茶漬け		大根とツナの煮物	野菜のごま酢和え	ミルクプリン
		夕	ご飯	コロッケ	海藻サラダ	みそ汁	苺ヨーグルトゼリー
17	日	朝	ご飯	厚焼き玉子	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	ピザトースト		手羽先の唐揚げ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	鯛のかば焼き	ポテトサラダ	みそ汁	抹茶黒蜜きなこプリン
18	月	朝	ご飯	巣ごもり卵	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	ソース焼きそば(紅ショウガ)		じゃこのサラダ	かきたま汁	黒ゴマプリン
		夕	ご飯	鶏の照り焼き	コールスローサラダ	みそ汁	フルーツミルク寒
19	火	朝	ご飯	肉じゃが	竹輪と野菜の炒め物	みそ汁	-
		昼	ご飯	ホキの味噌マヨ焼き	青菜の和え物	みそ汁	ブルーベリーミルクプリン
		夕	ご飯	イタリアンポーク	かぼちゃサラダ	野菜スープ	アセロラゼリー
20	水	朝	ご飯	炒り豆腐	青菜の煮浸し	みそ汁	-
		昼	ご飯	油淋鶏	五色和え	中華スープ	ミルクプリン 黄桃ソース
		夕	ご飯	白身魚の和風あんかけ	キャベツとツナのガーリック炒め	みそ汁	ナタデココゼリー
21	木	朝	パン	スパニッシュオムレツ	-	野菜スープ	牛乳
		昼	秋の香りご飯	サーモンフライ	塩昆布和え	みそ汁	ヨーグルトプリン
		夕	ご飯	豚キムチ炒め	大根サラダ	野菜スープ	なめらか杏仁豆腐
22	金	朝	ご飯	シシャモ	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	けんちんうどん		わかめともやしのサラダ	牛乳	おはぎ/りんご
		夕	ご飯	鶏の南蛮漬け	マセドアンサラダ	みそ汁	パイナップル寒
23	土	朝	テイクアウト				
		昼	鶏そぼろ丼		切干大根のナムル	みそ汁	黄桃ババロア
		夕	ご飯	鯖のパン粉焼き	おさつサラダ	野菜スープ	みかんゼリー
24	日	朝	ご飯	ハム野菜ソテー	さつま揚げの炒め煮	みそ汁	-
		昼	サンドイッチ		ポテトグラタン	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	鮭の照り焼き	ごま和え	みそ汁	カラメルミルクプリン
25	月	朝	ご飯	納豆	筑前煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	豆腐ハンバーグ	シーザーサラダ	野菜スープ	フルーツミルクプリン
		夕	ご飯	豚肉の味噌漬け焼き	ゆかり和え	みそ汁	ミルクティプリン
26	火	朝	バタートースト	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	ミルクココア
		昼	ご飯	白身魚の甘酢あん	野菜の中華サラダ	わかめスープ	ココナッツミルクプリン
		夕	ご飯	キャベツの洋風重ね蒸し	マカロニサラダ	野菜スープ	メープルプリン
27	水	朝	ご飯	豆腐と白菜のピリ辛炒め	切干大根の煮物	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏の塩麹焼き	キャベツの梅肉おかか和え	みそ汁	牛乳
		夕	寄宿舍 リクエスト献立				
28	木	朝	ご飯	切干大根入り玉子焼き	白菜としめじの煮浸し	みそ汁	-
		昼	五目あんかけ焼きそば		ツナサラダ	ワンタンスープ	チョコプリン
		夕	ご飯	白身魚の唐揚げ	春雨サラダ	豚汁	みかんヨーグルト
29	金	朝	ご飯	ハムピカタ	じゃこの炒め煮	みそ汁	-
		昼	パン	かぼちゃとチキンのシチュー	パリパリサラダ	飲むヨーグルト	ぶどう
		夕	ご飯	麻婆豆腐	中華和え	わかめスープ	ミルクティプリン
30	土	朝	ご飯	鯖の文化干し	青菜とベーコンのソテー	みそ汁	-
		昼	味噌煮込みうどん		さつま芋の天ぷら	白菜のサラダ	牛乳
		夕	ご飯	鶏肉のハニーマスタード焼き	もやしのナムル	みそ汁	オレンジゼリー

※献立は食材等の都合により、変更することがあります。