

平成30年9月献立表(予定)

16	日	朝	ご飯	鯖の文化干し	白滝のきんぴら	みそ汁	-	
		昼	親子丼		キャベツのお浸し	みそ汁	いちごミルクプリン	
		夕	ご飯	カジキのネギみそ焼き	じゃこサラダ	けんちん汁	オレンジゼリー	
17	月	朝	ご飯	厚揚げと青菜のピリ辛炒め	五目豆	みそ汁	-	
		昼	五目そばご飯		ツナと大根の煮物	かきたま汁	ほうじ茶プリン	
		夕	ご飯	シイラの竜田揚げ	からし和え	みそ汁	フルーツヨーグルト	
18	火	朝	フレンチトースト	ソーセージソテー	-	野菜スープ	飲むヨーグルト	
		昼	ご飯	鶏肉のピザ風焼き	マカロニサラダ	野菜スープ	牛乳	
		夕	ご飯	白身魚の西京焼き	ごぼうサラダ	みそ汁	黄桃ババロア	
19	水	朝	ご飯	納豆	筑前煮	みそ汁	-	
		昼	ご飯	サーモンフライ	かぼちゃサラダ	コンソメスープ	牛乳	
		夕	ご飯	四川豆腐	もやしのごま酢和え	中華スープ	杏仁豆腐	
20	木	朝	ご飯	ハムピカタ	青菜と春雨の炒め物	野菜スープ	-	
		昼	けんちんうどん		サツマイモの天ぷら/青菜のお浸し	-	おはぎ/牛乳	
		夕	ご飯	車麩の出汁カツ	切り干し大根のアラビアータ	野菜スープ	ヨーグルトプリン	
21	金	朝	ご飯	肉じゃが	油揚げと白菜の煮浸し	みそ汁	-	
		昼	ご飯	豚肉のみそ漬け焼き	わかめときゅうりの酢の物	すまし汁	牛乳	
		夕	ご飯	イカと大豆のかりん揚げ	ツナサラダ	みそ汁	チョコプリン	
22	土	朝	テイクアウト					
		昼	ソース焼きそば		やみつきキャベツ	中華スープ	パイン寒	
		夕	ご飯	かに玉風甘酢あんかけ	白菜の塩昆布和え	わかめスープ	ココナッツミルクプリン	
23	日	朝	ご飯	ホッケー夜干し	切り干し大根の煮物	みそ汁	-	
		昼	ピザトースト		手羽先のから揚げ	野菜スープ	ジョア	
		夕	ご飯	白身魚の幽庵焼き	青菜の香味醤油和え	みそ汁	抹茶寒	
24	月	朝	ご飯	厚焼き玉子	じゃがいものそぼろあんかけ	みそ汁	-	
		昼	プルコギ丼		もやしナムル	春雨スープ	みかん寒	
		夕	ご飯	鶏肉の竜田揚げ	卵サラダ	みそ汁	黒蜜きな粉プリン	
25	火	朝	ご飯	鮭の塩焼き	じゃがいもの千切り炒め	みそ汁	-	
		昼	お月見うどん		春巻き/青菜の磯部和え	-	みたらし団子/牛乳	
		夕	ご飯	ささみチーズフライ	マセドアンサラダ	野菜スープ	ミルクプリン マンゴーソース	
26	水	朝	パン	スクランブルエッグ	クリーム煮	-	飲むヨーグルト	
		昼	ご飯	鶏つくねの照り焼き	切り干し炒大根のナムル	かきたま汁	牛乳	
		夕	ご飯	イタリアンポーク	シーザーサラダ	野菜スープ	カフェオレプリン	
27	木	朝	ご飯	ハムエッグ	ちくわと野菜の炒め物	みそ汁	-	
		昼	ご飯	豚バラ大根炒め	おかか和え	中華スープ	オレンジ/牛乳	
		夕	ご飯	鰯の梅生姜煮	青菜のおかか和え	みそ汁	小豆ミルク寒	
28	金	朝	パン	ハムと野菜のチーズ焼き	青菜のソテー	野菜スープ	-	
		昼	三色丼		里芋のそぼろあんかけ	みそ汁	キウイフルーツ	
		夕	ご飯	酢豚	わかめナムル	ワンタンスープ	ミルクティプリン	
29	土	朝	ご飯	塩サバのピカタ	ちくわの炒め煮	みそ汁	-	
		昼	エビピラフ		マカロニサラダ	野菜スープ	ミルクプリン ブルーベリーソース	
		夕	ご飯	豚肉の生姜焼き	根菜のきんぴら	みそ汁	フルーツヨーグルト	
30	日	朝	ご飯	炒り豆腐	信田煮	みそ汁	-	
		昼	ガパオ風炒めご飯		春雨サラダ	中華風卵スープ	ミルクプリン イチゴソース	
		夕	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼き	10品目サラダ	みそ汁	ナタデココゼリー	

※献立は、食材等の都合により変更する場合があります。