

令和元年 9月予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	日	朝	ご飯	厚焼き玉子	大豆とじゃこの甘辛煮	みそ汁	-
		昼	ナポリタンスパゲティ		ブロッコリーサラダ	野菜スープ	カップヨーグルト
		夕	ご飯	カジキの照り焼き	塩昆布和え	みそ汁	アセロラゼリー
2	月	朝	ご飯	ベーコンエッグ	ひじき蓮根	みそ汁	-
		昼	ハッシュドビーフ		シーザーサラダ	野菜スープ	牛乳/ぶどう
		夕	ご飯	いかと野菜の辛味炒め	ごぼうサラダ	中華スープ	なめらか杏仁豆腐
3	火	朝	バタートースト	ウイナーソテー	-	トマトクリームスープ	ジョア(南国パイン)
		昼	ご飯	赤魚の煮つけ	揚げ出し豆腐	さつま汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏肉の香草パン粉焼き	豆まめマメサラダ	野菜スープ	ミルクティプリン
4	水	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	人参しりしり	みそ汁	-
		昼	じゃこご飯	豚肉のネギレモンソース	青菜とえのきのお浸し	みそ汁	牛乳/キウイフルーツ
		夕	ご飯	鮭のごま味噌焼き	パリパリサラダ	春雨スープ	パイン寒
5	木	朝	ご飯	肉じゃが	青菜とコーンのソテー	みそ汁	-
		昼	ご飯	アジの竜田揚げ	冬瓜のそぼろあんかけ煮	かきたま汁	牛乳
		夕	ご飯	バジルチキン	ミモザサラダ	野菜スープ	ナタデココヨーグルト
6	金	朝	ご飯	炒り豆腐	筑前煮	みそ汁	-
		昼	パン	茄子ミートグラタン	もやしとコーンのサラダ	野菜スープ	牛乳/ミルク
		夕	ご飯	ホキの揚げおろし煮	ゆかり和え	みそ汁	ミルクプリン 黄桃ソース
7	土	朝	テイクアウト(ブルーベリーデニッシュ/コーンマヨパン/牛乳/バナナ)				
		昼	ガパオ炒めご飯		冷拌三絲	ワンタンスープ	フルーツ白玉
		夕	ご飯	イタリアンポーク	ツナサラダ	野菜スープ	マンゴープリン
8	日	朝	ご飯	ハムエッグ	五目豆	みそ汁	-
		昼	サラダうどん		野菜のかき揚げ	じゃが芋の煮物	りんごゼリー
		夕	ご飯	鮭のちゃんちゃ焼き	白菜のサラダ	すまし汁	抹茶寒
9	月	朝	ご飯	納豆	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	ご飯	手羽元と大根の煮物	野菜のおかか和え	みそ汁	牛乳/冷凍パイン
		夕	ご飯	白身魚のフライ	野菜のみそ炒め	かきたま汁	黒蜜きな粉プリン
10	火	朝	パン	ソーセージポトフ	青菜とコーンのソテー	バナナ	ジョア(マスカット)
		昼	ご飯	鰯の梅煮	もやしとハムの和え物	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏の塩こうじ焼き	切干大根のナムル	けんちん汁	クリームチーズプリン
11	水	朝	ご飯	鯖の文化干し	じゃが芋の千切り炒め	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏の味噌漬け焼き	じゃこサラダ	オクラ卵スープ	牛乳/梨
		夕	ご飯	ミートボールシチュー	グリーンサラダ	野菜スープ	ミルクプリン ブルーベリーソース
12	木	朝	ご飯	スクランブルエッグ	青菜の煮浸し	みそ汁	-
		昼	五目あんかけ焼きそば		棒棒鶏サラダ	わかめスープ	牛乳
		夕	ご飯	白身魚のネギ味噌焼き	キャベツのお浸し	すまし汁	はちみつレモンゼリー
13	金	朝	パン	青菜のキッシュ	クリーム煮	-	飲むヨーグルト
		昼	さつまいもご飯	鯖のから揚げ	ひじきの煮物	お月見団子汁	牛乳/ぶどう
		夕	ご飯	豚肉と厚揚げのオイスター炒め	海藻サラダ	中華風卵スープ	ココナッツミルクプリン
14	土	朝	ご飯	ハムピカタ	ジャーマンポテト	みそ汁	-
		昼	ピザトースト		鶏のスパイス煮	野菜スープ	牛乳/オレンジ
		夕	ご飯	ブリの照り焼き	マカロニサラダ	みそ汁	フルーツミルク寒
15	日	朝	ご飯	炒り鶏	小松菜としめじの煮浸し	みそ汁	-
		昼	オムライス		10品目サラダ	野菜スープ	カフェオレプリン
		夕	ご飯	白身魚の甘酢あんかけ	もやしの中華和え	冬瓜のみそ汁	黒ゴマプリン

※献立は、食材の都合により変更する場合があります。