

# 9月の献立表 (3号)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1	2	3
屋食				ウエハース 牛乳	おにぎり 牛乳	たまごボーロ 牛乳
午後				御飯 あじの照り焼き キャベツとツナの梅和え ひじき大豆 厚揚げのみそ汁	練乳いちごパン 牛肉とチンゲン菜の中華炒め きゅうりとわかめの酢の物 えのきのスープ	まきずし 豚肉のしょうが焼き にゅうめん ゼリー
午前	5	6	7	8	9	10
屋食	りんご 牛乳	おにぎり 牛乳	バナナ 牛乳	ウエハース 牛乳	おにぎり 牛乳	たまごボーロ 牛乳
午後	ベジロール スタミナチキン チンゲン菜とハムの炒め物 きゅうりのゆかりあえ かぼちゃスープ	御飯 さわらの磯部揚げ きんぴらごぼう もやしナムル もずくスープ	くりごはん ハンバーグ ブロッコリーのオーロラあえ すまし汁 桃シャーベット	御飯 カレイのムニエル ジャーマンポテト ほうれん草サラダ オニオンスープ	御飯 鶏のから揚げ かりかりきゅうり 豚汁 お月見ゼリー	そうめん 野菜の肉巻き 豆腐すまし汁 オレンジ
午後	牛乳 あんドーナツ	牛乳 じゃが芋もち	牛乳 ツナパン	おにぎり	牛乳 ココアマフィン	牛乳 いちごジャムサンド
午前	12	13	14	15	16	17
屋食	りんご 牛乳	おにぎり 牛乳	バナナ 牛乳	ウエハース 牛乳	おにぎり 牛乳	たまごボーロ 牛乳
午後	御飯 チキンソテー じゃことピーマンの炒め物 ブロッコリーのマヨ和え かぼちゃのみそ汁	御飯 鮭の塩焼き チャブチェ ほうれん草となめたけのあえ物 豆腐とわかめのすまし汁	御飯 チキンカツ キャベツのしらす和え 筑前煮 白菜のみそスープ	御飯 煮魚 三色和え リヨネーズポテト 大根とわかめのすまし汁	ミニ食パン ポークチャップ 白菜の昆布和え 春雨サラダ 中華スープ	サンドイッチ 豆乳チャウダー りんご
午後	牛乳 フライドポテト	牛乳 キャラメルラスク	牛乳 たこ焼き	牛乳 ミニどら焼き	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 スティックパイ
午前	19	20	21	22	23	24
屋食	敬老の日	おにぎり 牛乳	バナナ 牛乳	ウエハース 牛乳	秋分の日	たまごボーロ 牛乳
午後		御飯 さわらのみそマヨ焼き ポテトサラダ きんぴらごぼう 豆腐すまし汁	御飯 チキンナゲット ツナとキャベツのカレー炒め トマト 白菜の中華スープ	ロールパン 豚れんこん ブロッコリーとさつまいものサラダ ポトフ		ミートソーススパゲティ コンソメスープ バナナ
午後		牛乳 カレーパン	牛乳 お豆腐ガトーショコラ	牛乳 ポップコーン		牛乳 パウンドケーキ
午前	26	27	28	29	30	
屋食	りんご 牛乳	おにぎり 牛乳	バナナ 牛乳	ウエハース 牛乳	おにぎり 牛乳	
午後	御飯 ビビンバ マセドアンサラダ わかめスープ	御飯 魚のカレー風味揚げ キャベツのおかか和え チンゲン菜とベーコンの炒め物 豆腐のみそ汁	御飯 鶏肉のみそ漬焼き きゅうりのツナマヨ和え のりしおこふき芋 キャベツのスープ	御飯 鮭のフライ じゃがいものそぼろ和え ささみと野菜の甘酢和え きのこのすまし汁	北海道ミルクパン 照り焼きチキン 肉じゃが ボイルブロッコリー ベーコンと野菜のスープ	
午後	牛乳 きな粉おはぎ	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳 ごまじゃこトースト	牛乳 シフォンケーキ	牛乳 蒸しパン	

※場合により、多少献立を変更する場合があります。