

献立予定表(9月度)

	日曜日 8月28日	月曜日 8月29日	火曜日 8月30日	水曜日 8月31日	木曜日 9月1日	金曜日 9月2日	土曜日 9月3日
朝					ご飯 味噌汁、牛乳 ふりかけ	ご飯 味噌汁、牛乳 納豆、ふりかけ	コーンフレーク わかめ卵スープ 牛乳、野菜ジュース
昼					煮玉子、じゃが芋煮 ハンバーガー コールスローサラダ フライドポテト、エビグラタン	鮭の塩焼き オムライス エビフライ コンソメスープ	フルーツミックス チャーシューメン 野菜餃子 ワカメご飯
夕					ご飯、ふりかけ 鯖の味噌煮 手巻きベーコン玉子 豚生姜炒め	いちごヨーグルト ご飯 油淋鶏 蓮根金平 フルーツ	ご飯 豚のネギ塩炒め 南瓜の煮物 青菜のお浸し
夜食	冷ぶっかけうどん	ソースかつ丼	冷ぶっかけうどん	唐揚げ丼	かつ丼	カレーライス	ハンバーガー
	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日
朝	お茶漬け 漬物 牛乳 ゆでたまご	クロワッサンミルク コーンスープ 牛乳 ポテトサラダ、チキンナゲット	ご飯 味噌汁、牛乳 のり佃煮、ふりかけ 肉じゃがコロッケ	ひめむぎパン 白菜スープ 牛乳 ジャーマンポテト、焼豚	ご飯 味噌汁、牛乳 ふりかけ だし巻き玉子、鶏照り焼き	ご飯 味噌汁、牛乳 納豆、ふりかけ 鮭の塩焼き	ホットケーキ わかめ卵スープ 牛乳 マカロニサラダ、ハム
昼	ロコモコ丼 サラダ コンソメスープ 南瓜フライ	豚バラの混ぜご飯 シーチキンサラダ メンチカツ 味噌汁	ご飯 牛肉のチリソース炒め サツマイモサラダ 茄子の揚げ浸し	ウインナーカレー 野菜サラダ はちみつレモンゼリー 牛乳	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 焼肉金平 お浸し、味噌汁	麻婆丼 生野菜サラダ しゅうまい 中華スープ	かき揚げうどん 鶏と水菜の和え物 デザート
夕	ご飯 鶏唐揚げ 小松菜のお浸し こんにゃく金平	ご飯 鯿の塩焼き、厚焼き玉子 胡瓜の酢の物 肉みそ大根	ご飯 ささみフライ 大根金平 和え物	ご飯 肉豆腐 ししゃものから揚げ キャベツサラダ	ご飯 豚生姜炒め いんげんのごま和え 南瓜サラダ	ご飯 チキン南蛮 和え物 野菜炒め、すまし汁	ご飯 肉じゃが 豆腐ハンバーグ フルーツ
夜食	冷ぶっかけうどん	親子丼	冷ぶっかけうどん	唐揚げ丼	かつ丼	カレーライス	ハンバーガー
	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日
朝	ご飯 味噌汁、牛乳 ふりかけ 肉団子の甘酢煮	メープルクリームパン コーンスープ 牛乳 ポテトサラダ、ベーコン	ご飯 味噌汁、牛乳 のり佃煮、ふりかけ つくね煮	焼きそばパン 白菜スープ 牛乳 マカロニサラダ、焼豚	ご飯 味噌汁、牛乳 ふりかけ じゃが芋煮	ご飯 味噌汁、牛乳 納豆、ふりかけ 鮭の塩焼き	食パン 玉子スープ 牛乳 チキンナゲット
昼	三色丼 レタス水菜サラダ すまし汁	トマトチーズスパゲティ 海藻サラダ グレープフルーツ ご飯	ご飯 白身魚フライ 豚しゃぶ おでん煮、和風汁	チキンカレー 大根サラダ 牛乳 青りんごゼリー	ご飯 チンジャオロース もやしのナムル 海鮮焼売	高菜ちりめん炒飯 からあげ サラダ 中華スープ	あんかけ皿うどん わかめごはん 野菜餃子
夕	ご飯 八宝菜 一口肉まん 鶏ともやしの和え物	ご飯 おろしハンバーグ キャベツの胡麻和え 高野の卵とじ、すまし汁	ご飯 牛焼肉炒め れんこんはさみ揚げ ブロッコリーサラダ	ご飯 酢豚 春雨の中華和え 炒め物	ご飯 鯖の塩焼き レタス卵炒め スパサラダ	ご飯 ビーフカツ ブロッコリー炒め ゴボウサラダ	ご飯 白身魚のチーズフリッター サラダ かき玉汁
夜食	冷ぶっかけうどん	ソースかつ丼	冷ぶっかけうどん	唐揚げ丼	かつ丼	カレーライス	ハンバーガー
	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日
朝	お茶漬け 漬物 牛乳 金時豆	揚げパン コーンスープ 牛乳 ポテトサラダ、ウインナー	ご飯 味噌汁、牛乳 味付けのり、ふりかけ 肉じゃがコロッケ	ホットドック 白菜スープ 牛乳 マカロニサラダ、ベーコン	ご飯 味噌汁、牛乳 ふりかけ だし巻き玉子、鶏照り焼き	ご飯 味噌汁、牛乳 納豆、ふりかけ オムレツ	食パン わかめ卵スープ 牛乳 ジャーマンポテト、ハム
昼	豚丼 サラダ 味噌汁	牛ごぼうご飯 魚のムニエル 切干大根煮 味噌汁	ご飯 鶏の照り焼き ひじき豆腐サラダ フルーツ	カツカレー 野菜サラダ ミニエクレア 牛乳	ご飯 鯖のおろし立田 金平ごぼう 味噌汁	かき揚げ丼 春雨酢の物 みかんゼリー 和風汁	肉うどん 茶碗蒸し ワカメご飯
夕	ご飯 和風チキンカツ ポテトサラダ 小松菜の煮浸し	ご飯 白身魚の卵あんかけ こんにゃく金平 たこキムチ、味噌汁	ご飯 チーズハンバーグ 南瓜クリーム煮 ミニベロンチーノ	ご飯 鰯生姜煮 ポテトガーリック炒め けんちん汁	ご飯 チキンソテーにらだれ もやしちりめん煮 冷奴	ご飯 回鍋肉 水菜サラダ 春巻き	ご飯 さんまの塩焼き 炒り豆腐 ささみチーズカツ
夜食	冷ぶっかけうどん	親子丼	冷ぶっかけうどん	唐揚げ丼	かつ丼	カレーライス	ハンバーガー
	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日	10月1日
朝	ご飯 味噌汁、牛乳 ふりかけ 肉団子の甘酢煮	ミルクフランス コーンスープ 牛乳 ポテトサラダ、ハンバーグ	ご飯 味噌汁、牛乳 ヨーグルト、味付けのり キャベツつくね煮	米粉パン 中華スープ 牛乳 マカロニサラダ、焼豚	ご飯 味噌汁、牛乳 ふりかけ じゃが芋煮	ご飯 味噌汁、牛乳 納豆、ふりかけ 鮭の塩焼き	
昼	親子丼 ほうれん草のお浸し チーズパバロアシュー 味噌汁	クリームスープパスタ 海藻サラダ チキンオープン焼き バナナ	サーモンフライ 金平ごぼう 小松菜のお浸し 味噌汁	チーズカレー シーザーサラダ コーヒーゼリー 牛乳	ハンバーガー サラダ フライドポテト、柱フライ ご飯、ふりかけ	鶏山菜炒飯 チキンカツ 和風汁 胡瓜酢の物	
夕	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め ひじき煮 和え物	ご飯 鶏唐揚げネギソース しめじとツナの味噌炒め キャベツの辛子和え、ヨーグルト	ご飯 麻婆豆腐 サラダ ビーフン炒め	ご飯 鶏和風ステーキ ミニ明太スパゲティ たこ焼き	ご飯 鯖味噌煮 皿うどんサラダ けんちん汁、バナナ	ご飯 ビーフシチュー サラダ、エビフライ デザート	
夜食	冷ぶっかけうどん	ソースかつ丼	冷ぶっかけうどん	唐揚げ丼	かつ丼	カレーライス	ハンバーガー