

週間予定献立表 (9月)

	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝	ご飯 味噌汁 ウインナーとじゃが芋炒め 大根とルッコラのサラダ カリフラワーのおかか和え 牛乳	ご飯 味噌汁 筑前煮 わらびのお浸し だし入りとろろ 牛乳	ご飯 味噌汁 三角信田煮 若布蟹かまの中華サラダ ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 海老つみれの炊き合わせ おみ漬け白和え 山形だし 牛乳	ご飯 味噌汁 南瓜ベイクドエッグ ポテトサラダ 三色ピクルス 牛乳	ご飯 味噌汁 塩豚肉じゃが 竹輪とピーマン金平 もやし梅和え 牛乳	ご飯 味噌汁 鯛甘露煮 からし菜お浸し うぐいす豆 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鶏の黒酢風味焼き 冬瓜とツナの煮物 香の物 果物	ご飯 ミネストローネスープ 白身魚のムニエル 茸のマリネ 香の物 果物	そぼろご飯 ワンタンスープ 中華風和え 薩摩芋の甘煮 果物	ご飯 豚汁 鮭の粕漬焼き 揚げ出し豆腐 香の物 果物	ごはん 中華風スープ 八宝菜 麻婆豆腐 香の物 果物	焼きそば わかめスープ 青梗菜のあんかけ風 果物	菓子パン ポタージュ ハムエッグ アボカドとトマトサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 ぶり大根の炊き合わせ 青菜の野菜ソテー 香の物	ご飯 味噌汁 肉じゃが お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鮓) 豆腐のチャンプルー 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉と牛蒡の炒り煮 胡麻和え 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鱸) かぼちゃの炊き合わせ 香の物	ご飯 味噌汁 鶏と茄子の南蛮煮 めかぶ和え 香の物	ご飯 味噌汁 つみれ団子の煮物 お浸し 香の物

週間予定献立表 (9~10月)

	30日(月)	10/1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
朝	ご飯 味噌汁 彩スクランブルエッグ クリームベンネ ブロッコリー玉葱ソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉と切り昆布の旨煮 フキと油揚げの煮物 ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ミートインオムレツ7 大根とルッコラのサラダ カリフラワーおかか和え 牛乳	ご飯 味噌汁 鯖の柚子味噌煮 みかん入りなます 長いものめかぶ和え 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐の海老あんかけ チョレギサラダ なめたけおろし 牛乳	ご飯 味噌汁 ウインナーとじゃが芋炒め 白菜コールスロー セロリミックス 牛乳	ご飯 味噌汁 海老つみれの炊き合わせ 生姜と大豆のそぼろ煮 たたきごぼう 牛乳
昼	ごはん さつまい 鯖の西京焼き 冬瓜のそぼろ煮 香の物 果物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 セロリの金平 香の物 果物	ご飯 玉子のスープ カジキ鮪のレモンソース 洋風お浸し 香の物 果物	ご飯 わかめスープ 豚肉の茸ソース ラタトゥイユ 香の物 果物	栗ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 里芋の南蛮煮 香の物 果物	ナポリタン わかめスープ チョレギサラダ 果物	菓子パン 野菜スープ 白身魚のムニエル ポテトサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 親子煮 味噌マヨネーズ和え 香の物	ご飯 なめこ豚汁 刺身 茄子の味噌煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉とごぼうの甘辛煮 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 魚の佃煮 切り干し大根の煮物 香の物	ご飯 味噌汁 チキンチャップ コールスロー 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ アボカド豆腐 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のくわ焼き お浸し 香の物