

献立表

日付		朝	昼	夕
9月17日	日	ご飯 オムレツ みそ汁	ご飯 豚肉の焼肉風炒め 切り干し大根煮 マヨサラダ ゼリー	ご飯 魚のさっと煮 オイスター炒め トマトサラダ
9月18日	月	ご飯 魚肉ソーセージ炒め みそ汁	ちらし寿司 魚の照り焼き 卵豆腐のあんかけ ごまドレサラダ ぶどう	ご飯 豚の生姜焼き さつまいものレモン煮 お浸し
9月19日	火	ご飯 はんぺんと大根の煮物 みそ汁	ご飯 エビフライ 白菜のスープ煮 マカロニサラダ ヨーグルト	ご飯 魚の塩焼き もやしの彩炒め 胡麻和え
9月20日	水	ご飯 小松菜の卵炒め みそ汁	ご飯 魚のカレー焼き アスパラとベーコンのソテー 酢の物 もも	ご飯 鶏の塩麴蒸し じゃがいものおかか煮 フレンチ和え
9月21日	木	ご飯 青梗菜と人参の煮物 みそ汁	ご飯 豚丼 かき卵汁 ポテトサラダ パイナップル	ご飯 魚のおろし煮 キャベツのソテー 茄子の生姜和え
9月22日	金	ご飯 ツナと白菜の煮物 みそ汁	ご飯 スパニッシュオムレツ カレースープ サラダ バナナ	ご飯 けんちん煮風 エリンギといんげんソテー ほうれん草の和え物
9月23日	土	ご飯 がんもの煮付け みそ汁	ご飯 八宝菜風 しゅうまい 中華和え おはぎ	ご飯 魚の煮付け 茄子とウインナーのソテー 奈良漬け