9月の献立

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
						1 玄米ご飯 豚肉のトマト煮 じゃこサラダ スープ
2	3 玄米ご飯 魚のみそチーズ焼き 五目豆 すまし汁	4 キャロットおにぎり 鶏肉のごま唐揚げ ブロッコリーソテー 梨	5 玄米ご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃのミルク煮 みそ汁	6 玄米ご飯 高野豆腐のふわふわ煮 野菜炒め みそ汁 オレンジ	7 玄米ご飯 さつま芋コロッケ わかめサラダ みそ汁	8 玄米ご飯 煮魚 緑黄色野菜のバターソテー みそ汁
9	10 玄米ご飯 魚の変わり西京焼き ナムル風煮浸し すまし汁	11 玄米ご飯 さつま芋グラタン レタスとコーンのサラダ スープ	12 玄米ご飯 ソースやきうどん たこさんウインナー スープ バナナ	13 玄米ご飯 魚の竜田焼き さつま芋のポテトサラダ みそ汁	14 玄米ご飯 鶏肉の甘辛煮 キャベツとえのきのさっと煮 みそ汁 ヨーグルト	15 玄米ご飯 豚肉のトマト煮 じゃこサラダ スープ
16	17	18 イベント献立 あひるちゃんライス 鶏肉のごま唐揚げ ブロッコリーソテー りんご	19 玄米ご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃのミルク煮 みそ汁	20 玄米ご飯 高野豆腐のふわふわ煮 野菜炒め みそ汁 オレンジ	21 玄米ご飯 さつま芋コロッケ わかめサラダ みそ汁	22
23	24 玄米ご飯 魚の変わり西京焼き ナムル風煮浸し すまし汁	25 玄米ご飯 さつま芋グラタン レタスとコーンのサラダ スープ	26 玄米ご飯 ソースやきうどん たこさんウインナー スープ バナナ	27 玄米ご飯 魚の竜田焼き さつま芋のポテトサラダ みそ汁	28 玄米ご飯 鶏肉の甘辛煮 キャベツとえのきのさっと煮 みそ汁 ヨーグルト	29 玄米ご飯 豚肉のトマト煮 じゃこサラダ スープ
30		★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。				