



9月の献立表



月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
米飯150 g 清汁（とろろ昆布） サバごま味噌だれ 豆腐のおとし揚げ 源氏パイ	米飯150 g 清汁（しめじ・菊） 味噌カツ マカロニサラダ 果物	米飯150 g 味噌汁（もやし） 筑前煮 ブロッコリーのごま和え 牛乳寒天	ビビンバ丼 わかめスープ ひじきサラダ イチゴヨーグルト	きのこそば 千草焼き 胡瓜とわかめの甘酢和え 水ようかん
8	9	10	11	12
【選択食】 野菜と肉団子のスープ きのこのマリネ ≪ A ≫ シーフードピラフ ≪ B ≫ ハム卵サンド	米飯150 g 味噌汁（なめこ・豆腐） 豚肉のチーズホイル焼き ピーマン塩昆布和え	米飯150 g 吸い物（花麩・しろ） 白身フライタルタルソース なめたけめかぶ	☆ご当地献立：栃木☆ 佐野ラーメン 水餃子 茄子といんげんの油味噌炒め	米飯150 g 味噌汁（豆苗・油揚げ） 赤魚の西京焼き 里芋の煮物
ロールケーキ	たこ焼き	いちごヨーグルト	果物	黒糖蒸しパン
15	16	17	18	19
【敬老会の献立】 赤飯 清汁 秋野菜の天ぷら 野菜の含め煮 紅白なます 果物	ハムチーズサンド 鶏団子と長芋のスープ グリーンサラダ 豆乳	米飯150 g お吸い物 イワシの梅煮 ひじき五目煮	米飯150 g 味噌汁（わかめ） ホッケの塩焼き 卵の花の炒り煮	ポークカレー コンソメスープ レタスわさびのり和え 福神漬
水ようかん	ブルーベリー蒸しパン	フルーチェ	一口まんじゅう	カステラ
22	23	24	25	26
チキンカレー ワカメスープ かぶサラダ 福神漬	米飯150 g コンソメスープ チキンデミソース煮 ひじきと豆のマヨ和え	にゅうめん えびシュウマイ きのこの塩ダレ	米飯150 g 味噌汁（豆腐、油揚げ） チキン南蛮 ワカメのナムル	米飯150 g 吸い物（板麩・しろ） 牛肉と大根のしぐれ煮 もやしの梅肉和え
フルーツゼリー	蒸しケーキ（いちご）	パイとチョコ	蒸しケーキ（バナナ）	プリン
29	30			
米飯150 g 吸い物（板麩・しろ） 豚バラおろし鍋煮 春雨炒め 一口まんじゅう	きのこの和風スパゲッティ わかめスープ さつまいものサラダ			
	フルーツゼリー			