

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			ご飯 ほきの信州蒸 里芋の煮物 アスパラサラダ 梨 597kcal	ご飯 鶏肉のピザ焼き 車麩土佐煮 春菊のお浸し 冷やしうどん 663kcal	お休み	お休み
5	6	7	8	9	10	11
ご飯 ほきの道明寺蒸し ほうれん草ソテー 金時煮豆 オレンジ 718kcal	栗ごはん たらの山椒焼き 焼き栗コロッケ 大根なます 梨 608kcal	ご飯 鶏の治部煮 焼き茄子 マカロニサラダ 杏仁豆腐 681kcal	ご飯 玉子焼き 白菜クリーム煮 春菊和え物 フルーツカクテル 697kcal	ご飯 鱈の磯辺焼き 野菜大豆煮 大根サラダ りんごゼリー 676kcal	お休み	お休み
12	13	14	15	16	17	18
ご飯 サーモンフライ 高野豆腐の含め煮 しる菜の醤油和え 甘夏缶 660kcal	ご飯 アジの山椒焼き ほうれん草ソテー 煮豆(うずら豆) バナナ 713kcal	ご飯 八宝菜風 春巻き インゲンマヨネーズ和え なめこそば 817kcal	ご飯 鱈の木の芽味噌焼き 南瓜のいとこ煮 オクラおかか和え 桃ゼリー 664kcal	ご飯 すき焼き風煮 野菜炒め 畑菜の和え物 りんご缶 692kcal	お休み	お休み
19	20	21	22	23	24	25
	ご飯 鶏と野菜の煮込み 小松菜の炒め物 うどん マンゴーヨーグルト 690kcal	ご飯 アジの塩焼き 白菜の中華煮 マカロニサラダ 青りんごゼリー 659kcal	秋分の日	ポークカレー 野菜炒め ほうれん草の和え物 キウイ&りんご缶 695kcal	お休み	お休み
26	27	28	29	30	31	
ご飯 あじの蒲焼 煮合わせ カリフラワーサラダ キウイ 660kcal	ご飯 玉子焼き じゃが芋の煮物 オニオンサラダ ヨーグルト和え 734kcal	ご飯 鶏肉焼肉たれ焼き 大根の煮物 うどん パイン缶 601kcal	ご飯 ポークチャップ 焼き豆腐の粕煮 スパゲティサラダ 白桃缶 740kcal	ご飯 鱈の磯部焼き じゃが芋鳴門煮 インゲン胡麻和え フルーツカクテル 653kcal		

予定献立表

九月

職員

\*食材の納品により献立を変更する場合があります。  
\*上記の献立の他に味噌汁がつきます。(めん、カレーの日以外の献立)