

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
9月1日(金) 9月22日(金)	味噌スープ	ごはん トマトシチュー 炒めサラダ 甘夏みかん	米 / 鶏肉,じゃがいも,たまねぎ,人参,さやいんげん,ト マトピューレ,トマトケチャップ,ウスターソース,ブイ オン,上新粉 等/ ロースハム,小松菜,緑豆もやし 等/ 甘夏みかん(缶)	牛乳 くず餅
9月2日(土) 9月16日(土)	味噌スープ	牛丼 味噌汁	米,牛肉,しらたき,たまねぎ,人参,ほうれん草,さば節 等/ じゃがいも,たまねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌 等	牛乳 アップルパン ももゼリー
9月4日(月) 9月28日(木)	味噌スープ	ごはん 肉じゃが 甘酢煮 味噌汁	米 / 牛肉,しらたき,じゃがいも,たまねぎ,人参,グリーン ピース(冷),さば節 等/ キャベツ,きゅうり,コーン(冷) 等/ 油揚げ,わかめ,大根,さば節,味噌 等	牛乳 りんご せんべい
9月5日(火) 9月19日(火)	味噌スープ	ふりかけごはん 焼き魚 青菜の炒り煮 味噌汁	米,ふりかけ / すずき 等/ ベーコン,小松菜,人参 等/ かぼちゃ,たまねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌 等	牛乳 ラスク
9月6日(水) 9月20日(水)	味噌スープ	ごはん マーボ茄子 レタスのスープ	米 / 豚ひき肉,はるさめ,茄子,たまねぎ,人参,葉ねぎ, ブイオン,味噌,片栗粉 等/ ベーコン,レタス,にら,ブイ オン 等	牛乳 桃 米ポン菓子
9月7日(木) 9月21日(木)	味噌スープ	ピラフ 炒めサラダ 野菜スープ	米,鶏肉,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),ブイオン 等/ コーン(冷),キャベツ 等/ 絹豆腐(冷),とうがん,オクラ, ブイオン 等	(7日)牛乳 (7日)スパゲッティ (21日)牛乳 (21日)きのこスパゲッティ
9月8日(金)	味噌スープ	ごはん 煮魚 茹で野菜 味噌汁	米 / カラスガレイ,しょうが,だし昆布 等/ 小松菜,人 参 等/ たまねぎ,はくさい,葉ねぎ,さば節,味噌 等	牛乳 お好み焼き
9月9日(土) 9月30日(土)	味噌スープ	豚肉の照煮丼 味噌汁 甘夏みかん	米,豚肉,たまねぎ,人参,ほうれん草,しょうが 等/ 油揚 げ,じゃがいも,葉ねぎ,さば節,味噌 等/ 甘夏みかん (缶)	牛乳 パイパン りんごゼリー
9月11日(月) 9月25日(月)	味噌スープ	ごはん チャンチャン焼風 すまし汁 甘夏みかん(缶)	米 / 秋鮭,キャベツ,人参,ピーマン,味噌,さば節 等/ 絹豆腐(冷),しめじ,ほうれん草,さば節 等/ 甘夏みか ん(缶)	牛乳 焼芋
9月12日(火) 9月26日(火)	味噌スープ	ごはん さといもの煮物 甘酢煮 味噌汁	米 / 鶏肉,絹揚げ(冷),しらたき,里いも,人参,さやい んげん,さば節 等/ わかめ,きゅうり 等/ 絹豆腐(冷), 葉ねぎ,たまねぎ,さば節,味噌 等	牛乳 わかめごはん
9月13日(水) 9月27日(水)	味噌スープ	ビーフカレー ゆかり煮 みかん	米,牛肉,じゃがいも,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷), にんにく,しょうが,カレー粉,ブイオン,トマトケチャップ, ウスターソース,チャツネ,上新粉 等/ はくさい,ゆかり 等/ みかん(缶)	牛乳 レーズンパン みかんゼリー
9月15日(金) 9月29日(金)	味噌スープ	ごはん 魚のたつた揚げ 煮浸し 味噌汁	米 / さんま,しょうが,片栗粉 等/ ほうれん草,人参 等/ 大根,しめじ,たまねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌 等	牛乳 ぶどうジュレ
誕生会 9月14日(木)	味噌スープ	ごはん 豚ヒレカツ 野菜のソテー,味噌汁 甘夏みかん	米 / 豚肉,小麦粉,パン粉,ウスターソース,トマトケ チャップ 等/ キャベツ,エリンギ,人参 等/ じゃがいも, たまねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌 等/ 甘夏みかん(缶)	牛乳 フルーツポンチ

月平均栄養価 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.3g 脂質 17.3g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

