

2022年09月分の献立

				1(木)	2(金)	3(土)
昼食				ゆかりごはん、魚の竜田揚げ、千草和え、トマト、味噌汁、オレンジ	ごはん、鶏の香味焼き、かぼちゃ含め煮、ピーマンとツナの和え物、味噌汁、オレンジ	中華丼、スープ、バナナ
午後				メイプルトースト、牛乳	芋もち、牛乳	ゼリー、ミニのりすけせんべい、牛乳
5(月)		6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
昼食	わかめごはん、炒り鶏、ごま酢和え、味噌汁、オレンジ	カレーライス、コーンマヨサラダ、トマト、スープ、梨	ごはん、鶏のからあげ ねぎソース、おかか和え、トマト、スープ、オレンジ	ごはん、魚の味噌照り焼き、ひじき炒り煮、中華風きゅうり、スープ、オレンジ	なす入りミートスパゲティ、ツナサラダ、トマト、スープ、バナナ	スパゲティナポリタン、スープ、バナナ
午後	ツナサンド、牛乳	かぼちゃスコーン、牛乳	いもようかん、せんべい、牛乳	チーズマフィン、牛乳	じゃこ菜おにぎり	ゼリー、ハートせんべい、牛乳
12(月)		13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
昼食	ごはん、納豆和え、鶏肉甘みそ炒め、さつまいもレモン煮、スープ、梨	ごはん、マーボー豆腐、中華風サラダ、トマト、スープ、梨	タコライス、コーン入りマッシュポテト、即席ピクルス、スープ、オレンジ	パン、マカロニチーズ焼き、ジャーマンポテト、スープ、バナナ	ゆかりごはん、魚の竜田揚げ、千草和え、トマト、味噌汁、オレンジ	中華丼、スープ、バナナ
午後	おひさま蒸しパン、牛乳	カラフルスティック、牛乳	ごまマヨロール、牛乳	鮭おにぎり	メイプルトースト、牛乳	ゼリー、ミニのりすけせんべい、牛乳
19(月)		20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
昼食	【祝日；敬老の日】	わかめごはん、炒り鶏、ごま酢和え、味噌汁、オレンジ	ごはん、魚の味噌照り焼き、ひじき炒り煮、中華風きゅうり、スープ、オレンジ	しめじごはん、肉じゃが煮、きゅうりとかまぼこの酢の物、味噌汁、オレンジ	【祝日；秋分の日】	ツナと野菜のスパゲティ、スープ、バナナ
午後		ツナサンド、牛乳	チーズマフィン、牛乳	おはぎ、せんべい		ゼリー、ハートせんべい、牛乳
26(月)		27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
昼食	ごはん、鶏の香味焼き、かぼちゃ含め煮、ピーマンとツナの和え物、味噌汁、オレンジ	タコライス、コーン入りマッシュポテト、即席ピクルス、スープ、オレンジ	なす入りミートスパゲティ、ツナサラダ、トマト、スープ、バナナ	ごはん、鶏のからあげ ねぎソース、おかか和え、トマト、スープ、オレンジ	パン、マカロニチーズ焼き、ジャーマンポテト、スープ、バナナ	
午後	芋もち、牛乳	ごまマヨロール、牛乳	じゃこ菜おにぎり	いもようかん、せんべい、牛乳	鮭おにぎり	