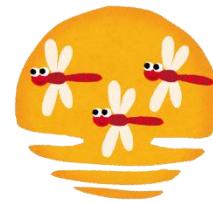




# 9月の献立表



| 日付         | 昼食   | 日付         | 昼食   |
|------------|--|------------|--|
| 1日<br>(月)  | 夏野菜カレー<br>ブロッコリーとツナのおかかマヨ和え<br>ヨーグルトゼリー              | 16日<br>(火) | 三色丼<br>ひじきのサラダ<br>えび団子のすまし汁<br>果物                  |
| 2日<br>(火)  | ご飯<br>鮭の塩焼き<br>おからのポテサラ風<br>和風肉団子スープ<br>りんごゼリー       | 17日<br>(水) | ご飯<br>鶏の焼き唐揚げ<br>豆苗ともやしのポン酢和え<br>切り干し大根のみぞ汁<br>果物  |
| 3日<br>(水)  | ご飯<br>ミートボールのデミソース煮<br>ミニオムレツ<br>洋風きんぴら<br>果物        | 18日<br>(木) | ご飯<br>鮭のポテトチーズ焼き<br>ごぼうサラダ<br>ジュリエンヌスープ<br>果物      |
| 4日<br>(木)  | ご飯<br>白身魚のカレーマヨコーン焼き<br>マリネ風サラダ<br>肉団子のコンソメスープ<br>果物 | 19日<br>(金) | ご飯<br>厚揚げとツナのチャンプル<br>のりしお粉ふき芋<br>秋野菜の豚汁<br>果物     |
| 5日<br>(金)  | ビビンバ丼<br>長芋のごま風味和え<br>豆腐とえのきのスープ<br>果物               | 22日<br>(月) | ご飯<br>あじフライ<br>ほうれん草のおかかごま和え<br>沢煮椀<br>果物          |
| 8日<br>(月)  | ご飯<br>しらす入りチーズオムレツ<br>海藻サラダ<br>ミネストローネ<br>果物         | 24日<br>(水) | ミートスパゲティ<br>ブロッコリーとツナのサラダ<br>小松菜のスープ<br>果物         |
| 9日<br>(火)  | ご飯<br>豆腐入りポークハンバーグ<br>かぼちゃのサラダ<br>オニオンコンソメスープ<br>果物  | 25日<br>(木) | プルコギ丼<br>キャベツのゆかり和え<br>春雨スープ<br>果物                 |
| 10日<br>(水) | ご飯<br>揚げ春巻き<br>えびと青梗菜のごま油炒め<br>五目中華スープ<br>果物         | 26日<br>(金) | ご飯<br>えびとブロッコリーの卵炒め<br>焼きぎょうざ<br>中華風コーンスープ<br>果物   |
| 11日<br>(木) | ご飯<br>肉豆腐<br>れんこんのオイマヨ和え<br>バチ汁<br>果物                | 29日<br>(月) | ご飯<br>ポークチャップ<br>レモン風味のコールスロー<br>きのこのコンソメスープ<br>果物 |
| 12日<br>(金) | ご飯<br>お好み焼き風卵焼き<br>ブロッコリーの塩昆布和え<br>鶏とごぼうのすまし汁<br>果物  | 30日<br>(火) | ご飯<br>肉じゃが煮<br>焼きししゃも<br>小松菜のなめ茸和え<br>果物           |