

9月 献立表 (常食)

月	火	水	木	金
	<p>1</p> <p>ごはん コンソメスープ チキンのマスタード焼き 焼きナス ほうれん草のソテー</p>	<p>2</p> <p>おにぎり 冷やし中華ゴマだれ(卵) 菜の花の和え物</p>	<p>3</p> <p>ごはん 味噌汁 プルコギ風 さといも煮 酢の物</p>	<p>4</p> <p>シーフードカレーライス コンソメスープ チキンサラダ</p>
<p>7</p> <p>ごはん コンソメスープ ハンバーグ いんげんのごま和え ビーフソテー</p>	<p>8</p> <p>ごはん 味噌汁 魚のカレームニエル(鰹) スパゲティサラダ 野菜のコンソメ煮</p>	<p>9</p> <p>おにぎり 海老天月見うどん(卵) 炒り豆腐</p>	<p>10</p> <p>ごはん すまし汁 豚肉と青梗菜の炒め物 酢の物 ひじきの炒り煮</p>	<p>11</p> <p>中華丼 わかめスープ 春巻</p>
<p>14</p> <p>ごはん 味噌汁 若鶏のしょうが焼き 春雨の酢の物(卵) 冬瓜のくず煮</p>	<p>15</p> <p>ごはん 味噌汁(卵) 魚の塩焼き(サバ) ほうれん草のごま和え 金平ごぼう</p>	<p>16</p> <p>おにぎり 味噌汁 焼きそば がんもの煮つけ</p>	<p>17</p> <p>ごはん すまし汁 魚のから揚げ(カレイ) 紅白なます 茄子のみそ炒め</p>	<p>18</p> <p>親子丼(卵) 味噌汁 青梗菜のおかか和え</p>
<p>21</p> <p>休み</p>	<p>22</p> <p>休み</p>	<p>23</p> <p>おにぎり 塩ラーメン(卵) 根菜煮</p>	<p>24</p> <p>ロールパン コンソメスープ とんかつ 大根のポン酢和え 大豆のトマト煮</p>	<p>25</p> <p>牛丼 味噌汁 高野の卵とじ(卵)</p>
<p>28</p> <p>ごはん 味噌汁 魚のピカタ(タラ)(卵) カニカマサラダ 信田煮</p>	<p>29</p> <p>ごはん 味噌汁 鶏の照り焼き 大根サラダ 大豆と昆布の煮物</p>	<p>30</p> <p>枝豆ごはんおにぎり とろろそば 鶏のから揚げ</p>		