

# 平成28年9月 予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	デザート	
16	金	朝	ご飯	切り干し大根入り玉子焼き	じゃが芋の千切り炒め	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏肉の香草パン粉焼き	シーザーサラダ	白菜とベーコンのスープ	ミルクゼリー 苺ソース
		夕	ご飯	シイラの竜田揚げ	コーンサラダ	みそ汁	バナナババロア
17	土	朝	ご飯	納豆	小松菜のじゃこ炒め	みそ汁	-
		昼	ピビンバ丼		3色マリネ	かきたま汁	練乳ミルクプリン
		夕	ご飯	鶏の中華風旨煮	卵サラダ	みそ汁	豆乳プリン
18	日	朝	パン	スクランブルエッグ	ジャーマンポテト	野菜スープ	-
		昼	五目炒飯		凉拌三絲	中華スープ	さっぱり杏仁豆腐
		夕	ご飯	白身魚のピザ風焼き	大根サラダ	みそ汁	フルーツミルクゼリー
19	月	朝	ご飯	ハムピカタ	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	サンドイッチ		パンブキンサラダ	ミネストローネ	牛乳
		夕	ご飯	鶏つくねの照り焼き	ツナサラダ	かきたま汁	ブラマンジェ ブルーベリーソース
20	火	朝	ご飯	厚焼き玉子	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	ご飯	鰹と大豆のごまがらめ	青菜の磯辺和え	豚汁	フルーツヨーグルト
		夕	ご飯	和風ポークステーキ	ポテトサラダ	野菜スープ	アセロラゼリー
21	水	朝	ご飯	巣ごもり卵	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	けんちんきのこうどん		ささみと梅の和え物	牛乳	おはぎ
		夕	ご飯	鰹のかば焼き風	コンビネーションサラダ	みそ汁	ミックスゼリー
22	木	朝	パン	青菜のキッシュ	-	野菜スープ	ジョア
		昼	オムライス		ツナサラダ	コーンポタージュ	クリームチーズゼリー
		夕	ご飯	鶏むねのハニーマスタード	青菜のナムル	野菜スープ	みかん寒
23	金	朝	ご飯	白菜と生揚げのオイスター炒め	じゃが芋のそぼろ煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	焼き鮭のきのこソース	もやしのナムル	春雨スープ	ヨーグルトゼリー
		夕	ご飯	鶏の味噌漬け焼き	ミモザサラダ	みそ汁	豆乳プリン
24	土	朝	テイクアウト				
		昼	ご飯	ミートボールシチュー	キャベツのお浸し	野菜スープ	苺ミルクプリン
		夕	ご飯	魚のホイル焼き	青菜とじゃこのサラダ	かきたま汁	小豆ミルクプリン
25	日	朝	ご飯	ハムエッグ	大豆のスパイス煮	みそ汁	-
		昼	シーフードピラフ		ポテトグラタン	野菜スープ	ココナッツミルクプリン
		夕	ご飯	鯖のカレー唐揚げ	じゃが芋の千切り炒め	みそ汁	ミルク寒 黒蜜ソース
26	月	朝	ご飯	ハム野菜ソテー	五目豆	みそ汁	-
		昼	ご飯	酢豚	切り干し大根のナムル	中華風コーンスープ	クリームチーズゼリー
		夕	ご飯	メダイの煮つけ	野菜の中華和え	みそ汁	ミルクティプリン
27	火	朝	ご飯	ベーコンエッグ	根菜のきんぴら	みそ汁	-
		昼	さつまいもご飯	鶏のレモン風味唐揚げ	人参サラダ	みそ汁	ピーチババロア
		夕	ご飯	手作り薩摩揚げ	ガーリックソテー	野菜スープ	メープルプリン
28	水	朝	パン	ソーセージポトフ	ゆで卵	ジョア	-
		昼	ご飯	さんまの塩焼き	筑前煮	かきたま汁	抹茶プリン
		夕	ご飯	チキンソテー オニオンソース	人参のたらこ和え	野菜スープ	ブラマンジェ 黄桃ソース
29	木	朝	ご飯	シシャモ	小松菜と油揚げの炒め煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	肉野菜炒め	オクラ納豆	みそ汁	チョコプリン
		夕	ご飯	カジキの竜田揚げ	野菜のマリネ	ピリ辛もやしスープ	ブルーベリープリン
30	金	朝	ご飯	豚肉と切干大根のエスニック炒め	小松菜のじゃこいため	野菜スープ	-
		昼	パン	鶏肉と南瓜のクリームシチュー	10品目サラダ	-	リンゴ
		夕	舎 リクエスト				

※献立は、食材等の都合により変更することがあります。