

9月

2015年

日	月	火	水	木	金	土
		1日 麦ご飯 ソーシ汁 ゴーヤ肉詰め揚げ 大根炒め サラダ	2日 あわご飯 味噌汁 魚ピカタ キャベツ味噌炒め サラダ	3日 麦ご飯 味噌汁 魚煮付け 筑前煮 和え物	4日 あわご飯 味噌汁 煮付け ソーシチャップルー ゼリー	5日 麦ご飯 わかめスープ 魚ムニエル ポテトソテー カニソテー
6日	7日 麦ご飯 味噌汁 鯖の照り焼き フチャップルー ゴマ和え	8日 あわご飯 沖縄そば ししゃも揚げ パイナップル炒め ヨーグルト和え	9日 麦ご飯 ゆし豆腐 肉味噌あんかけ ゴーヤ卵とじ 和え物	10日 芋ご飯 味噌汁 天ぷら 干びょう炒め 酢の物	11日 あわご飯 味噌汁 鮭ソテー ヘチマアップル 甘酢和え	12日 麦ご飯 うどん汁 スコッチエッグ ピーマン炒め サラダ
13日	14日 麦ご飯 ソーキ汁 豆腐五目蒸し もやし炒め 和え物	15日 あわご飯 味噌汁 つくね焼き 千切り炒め 和え物	16日 あわご飯 レバー汁 魚西京焼き からし菜炒め ゴマ和え 豆甘煮	17日 きのこご飯 味噌汁 鶏肉野菜巻き フチャップルー 和え物 ヨーグルト	18日 あわご飯 沖縄そば もずくかき揚げ 豆腐チャップルー おくら和え	19日 麦ご飯 味噌汁 さんま竜田揚げ 牛肉ピーマン炒め お浸し
20日	21日 黒米ご飯 中味汁 魚シソ巻き揚げ 千切り炒め ミミガー和え ケー	22日 麦ご飯 卵スープ 魚ムニエル 小松菜炒め サラダ	23日 あわご飯 てびち汁 焼き餃子 ゴーヤチャップルー 甘酢和え	24日 麦ご飯 味噌汁 魚煮付け 鶏ごぼう 酢の物	25日 散らし寿司 ゆし豆腐 さんま 筑前煮 和え物	26日 あわご飯 味噌汁 チキン煮付け キャベツ炒め 和え物 ゼリー
27日	28日 あわご飯 豚汁 チキン照り焼き いんげんソテー サラダ	29日 麦ご飯 わかめスープ ソーキチャップルー煮 八宝菜 粉ふき芋	30日 あわご飯 うどん汁 鮭 人参ソテー ヨーグルト和え			

材料その他の都合により献立を変更する場合があります