

月 間 献 立 表

	朝	昼 (共通メニュー)	昼 (選択メニュー)	夕
9/ 1 火	いちごジャムパン スパゲティサラダ みかん缶 牛乳 ヨーグルト	赤飯 蓮根のうま煮 冷奴 すまし汁	(A) メバルの塩焼き 付)大根おろし (B) 豚ロース胡麻味噌焼き 付)茹でいんげん	赤魚のポン酢タレ ピーマンと帆立のオイスター炒め 青梗菜のピーナツ和え 味噌汁
9/ 2 水	ご飯 しろ菜と平天煮 卵の花 味噌汁 ヨーグルト	金平ごぼう マカロニサラダ 味噌汁	(A) 鶏肉の卵とじ煮 (B) エビフライ 付) コーンと枝豆ソテー	豚と野菜の炒め物 がんもと大根煮 長芋なめ茸和え 味噌汁
9/ 3 木	ミニ黒糖ツイスト キャベツとツナ炒め パイン缶 牛乳 ヨーグルト	うまい菜と竹輪和え もやしサラダ 味噌汁	(A) 酢豚 (B) カニクリームコロッケ 付)ポパイソテー	たらの香味ソース 厚揚げの生姜煮 さつま芋サラダ 味噌汁
9/ 4 金	ご飯 じゃが芋と揚げの煮物 枝豆とひじきの白和え 味噌汁 ヨーグルト	里芋煮 キャベツとカニカマのしそ和え すまし汁	(A) 豚肉の味噌バター炒め (B) サバのピリ辛煮 付)青梗菜煮	鶏の照り焼き 付)そら豆 筍のおかか煮 大根の甘酢和え 味噌汁
9/ 5 土	ツナサラダパン 白菜とベーコンのスープ煮 黄桃缶 牛乳 ヨーグルト	「地産地消」 混ぜ込みご飯 梅じそ 鰯の西京焼き 付)大根菜・花人参 大根のうすくず煮 「京都府産冷奴」・すまし汁		豚肉トマト炒め煮 ほうれん草の煮びたし 焼きナス 味噌汁
9/ 6 日	はちみつブンブン キャベツとコーンのサラダ りんご缶 牛乳 ヨーグルト	付)じゃがいも・いんげん 高野豆腐の卵とじ うまい菜磯香和え すまし汁	(A) 大葉アジフライ (B) チキン南蛮	白身魚のみぞれあん 五目煮 白菜塩昆布和え 赤出し
9/ 7 月	ご飯・のり佃煮 ピーマン中華炒め 枝豆とひじきの白和え 味噌汁 ヨーグルト	豆腐茸あん 胡瓜と若布の酢の物 味噌汁	(A) ホッケの塩焼き 付)大根おろし (B) 豚しゃぶ香味タレ	メバルゆず味噌焼き 付)えのき炒め 切干大根 菜の花のごま和え 味噌汁

月 間 献 立 表

	朝	昼 (共通メニュー)	昼 (選択メニュー)	夕
9/ 8 火	ミニストロベリーツイスト 花野菜炒め フルーツカクテル 牛乳 ヨーグルト	付)茹でオクラ じゃが芋のコンソメ炒め ブロッコリーおかか和え すまし汁	(A) 鶏ささみフライ (B) カレイあんかけ	肉野菜塩こうじ炒め 白菜の旨煮 大豆とツナサラダ 味噌汁
9/ 9 水	ご飯 うまい菜の煮浸し だし巻きたまご (2個) 味噌汁 ヨーグルト	蓮根の辛子うま煮 白菜ゆかり和え	(A) 肉うどん おにぎり (2個 鮭) (B) 赤魚の煮付け・ご飯 付)ふきの煮物・味噌汁	ホキの味噌焼き 付)ほうれん草和え 高野豆腐煮 パプリカサラダ すまし汁
9/ 10 木	季節のくるくるパン ポテトサラダ パイン缶 牛乳 ヨーグルト	人参と竹輪炒め しめじのおろし和え 赤出し	(A) 白身魚の照り焼き 付)青梗菜のソテー (B) 豚肉の甘辛炒め	鶏つくね 付)人参煮 厚揚げの生姜煮 ブロッコリーたらこ和え 味噌汁
9/ 11 金	ご飯 キャベツ卵とじ 卵の花サラダ 味噌汁 ヨーグルト	がんもと里芋の煮物 小松菜の胡麻和え 味噌汁	(A) ビーフカレー (B) 太刀魚竜田揚げおろしポン酢	鯖の塩焼き 付)大根おろし いんげんの炒め物 長芋の青海苔和え 味噌汁
9/ 12 土	ミルクツイスト 白菜のスープ煮 みかん缶 牛乳 ヨーグルト	きのこソテー オクラと豆腐のサラダ 中華スープ	(A) 鮭フライ・付) 法蓮草炒め (B) 八宝菜	牛肉ネギ塩炒め 蒸し野菜 大根梅肉おかか和え 味噌汁
9/ 13 日	レーズンドッグ カリフラワーとハム炒め 黄桃缶 牛乳 ヨーグルト	法蓮草のソテー アスパラガスの胡麻和え 味噌汁	(A) 鶏の香味甘酢だれ (B) 鯖の利休焼き 付)茹でいんげん	うまい菜の中華煮 さつま芋サラダ 味噌汁 アジのパン粉焼 付)オクラの和え物
9/ 14 月	ご飯・ふりかけ (ゆかり) しろ菜と平天煮 枝豆とひじきの白和え 味噌汁 ヨーグルト	里芋と厚揚げ煮 小松菜のしらす和え すまし汁	(A) メバルの塩焼き 付)大根おろし (B) 麻婆ナス	牛肉と春雨の炒め物 ピーマンと帆立のオイスター炒め キャベツとコーンのサラダ 味噌汁

月 間 献 立 表

	朝	昼（共通メニュー）	昼（選択メニュー）	夕
9/ 15 火	北海道バターフラワー マカロニトマト煮 りんご缶 牛乳 ヨーグルト	白菜の旨煮 いんげんの胡麻和え 味噌汁	(A) 鶏肉八幡巻・付) 南瓜煮 (B) カレイのみぞれ煮	タラの煮付け 付)そら豆 焼き豆腐とフキ煮 ハウレンソウ和え物 赤出し
9/ 16 水	ご飯 栗南瓜のうま煮 五目野菜豆 味噌汁 ヨーグルト	さつま芋の甘露煮 もやしナムル 味噌汁	(A) 親子丼 (B) 赤魚トロ口昆布煮	ハンバーグ玉葱ソース 付) コーンと枝豆ソテー ブロッコリーのコンソメ煮 キャベツと鶏サラダ 味噌汁
9/ 17 木	ミニストロベリーツイスト ポテトサラダ パイ缶 牛乳 ヨーグルト	なすのじゃこ炒め 玉ねぎ黒酢サラダ すまし汁	(A) ポークビーンズ (B) 鯖の竜田揚げ 付)オクラの和え物	鶏の山椒焼 付)えのき炒め 大根のうすくず煮 青梗菜のピーナツ和え 味噌汁
9/ 18 金	ご飯 ピーマンのコンソメ煮 だし巻きたまご（2個） 味噌汁 ヨーグルト	がんもの煮物 大豆とツナサラダ 味噌汁	(A) 焼き餃子とシュウマイ (B) ホキのバター醤油ソース 付)ほうれん草和え	豚肉塩ダレ炒め 豆腐茸あん うまい菜磯香和え 味噌汁
9/ 19 土	ハムマヨパニーニ 白菜のスープ煮 フルーツカクテル 牛乳 ヨーグルト	高野豆腐の煮物 白滝の真砂炒め かき玉汁	(A) アジの塩焼き 付)大根おろし (B) 牛肉とキャベツの炒め物	ヒメ鯛の煮付け 付)ふきの煮物 さつま芋和風煮 ブロッコリーの胡麻和え すまし汁
9/ 20 日	レーズンドッグ マカロニトマト煮 みかん缶 牛乳 ヨーグルト	「敬老の日」 鯛めし・すまし汁 天ぷら（えび・かぼちゃ・なす・オクラ） 天つゆ（おろし） 大根葉と卵の炒め物 白菜塩昆布和え		鮭のムニエル 付) 法蓮草炒め カリフラワーとじゃこ炒め 白菜塩昆布和え 味噌汁
9/ 21 月	ご飯・のり佃煮 チンゲン菜の炒め煮 なめ茸おろし 味噌汁 ヨーグルト	ごぼうの旨煮 菜の花からし和え 味噌汁	(A) メバルの香味蒸し (B) 鶏の唐揚げレモン煮	青椒肉絲 じゃが芋のコンソメ炒め いんげんと鶏サラダ 中華スープ

月 間 献 立 表

	朝	昼（共通メニュー）	昼（選択メニュー）	夕
9/ 22 火	ミニ黒糖ツイスト ポトフ 黄桃缶 牛乳 ヨーグルト	もやし中華炒め ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁	(A) ポークカレー (B) カレイの煮付け 付)茹でオクラ	タラの漬け焼き 付)しろ菜の煮物 高野豆腐煮 胡瓜と帆立の酢の物 味噌汁
9/ 23 水	ご飯 キャベツの煮浸し 枝豆とひじきの白和え 味噌汁 ヨーグルト	いんげんの炒め煮 南瓜サラダ 味噌汁	(A) 鶏そぼろ三色丼 (B) 鯖の利休焼き 付) 椎茸	回鍋肉 きのこソテー 大豆と胡瓜のサラダ 中華スープ
9/ 24 木	レーズンドッグ 花野菜炒め りんご缶 牛乳 ヨーグルト	がんもと里芋の煮物 大根梅肉おかか和え 味噌汁	(A) 牛焼き肉 (B) 赤魚の香味煮	鯖の塩焼き ピーマン中華炒め 切干大根とカニカマのサラダ 味噌汁
9/ 25 金	ご飯 なすの揚げ浸し 春雨サラダ 味噌汁 ヨーグルト	付)茹でいんげん 卵の花 ほうれん草のサラダ 味噌汁	(A) ホキの柚子煮 (B) たらこスパゲティ	豚とごぼうの柳川 栗南瓜のうま煮 春菊のピーナツ和え すまし汁
9/ 26 土	季節のくるくるパン 白菜とベーコンのスープ煮 パイン缶 牛乳 ヨーグルト	大根のきんぴら 長芋とろろ 味噌汁	(A) ホッケの山椒焼き 付)ふきの煮物 (B) 鶏と野菜の甘酢あん	八宝菜 炒り豆腐 かまぼこ 青梗菜の甘酢和え 味噌汁
9/ 27 日	ミニストロベリーツイスト スパゲティサラダ 黄桃缶 牛乳 ヨーグルト	「お誕生日」 ポークステーキ 付)茹でブロッコリー 大根ソテー キャベツのサラダ 野菜コンソメスープ		アジの南蛮漬け じゃが芋炒め きゅうりとハムのサラダ 味噌汁
9/ 28 月	ご飯・ふりかけ（野菜） うまい菜の煮浸し れんこんサラダ 味噌汁 ヨーグルト	なすの揚げ浸し 青梗菜の中華和え 味噌汁	(A) サワラの照り焼き 付)えのき炒め (B) 豚肉の炒め物	鶏肉のしそソース 切干大根 白菜塩昆布和え 味噌汁

月 間 献 立 表

	朝	昼（共通メニュー）	昼（選択メニュー）	夕
9/ 29 火	エッグ さつま芋和風煮 フルーツカクテル 牛乳 ヨーグルト	かぶのソテー もずく酢 味噌汁	(A) 揚げカレイあんかけ 付)大根葉と人参の煮物 (B) 牛肉と春雨の炒め物	ホッケの塩焼き 付)大根おろし ひじき煮 春菊の和え物 すまし汁
9/ 30 水	ご飯 ほうれん草の煮びたし 春雨サラダ 味噌汁 ヨーグルト	南瓜の甘辛炒め 胡瓜と若布の酢の物 すまし汁	(A) ミートローフ 付)人参グラッセ (B) サバの味噌煮 付)茹でいんげん	豚肉トマト炒め煮 ピーマン炒め 白菜とツナサラダ 味噌汁
			(A) (B)	
			(A) (B)	
			(A) (B)	
			(A) (B)	
			(A) (B)	