

8月30日 (水)



白飯
牛乳
シーフードカレー
コーンサラダ
冷凍みかん

31日 (木)



もずく丼
(発芽玄米ご飯)
牛乳
かぼちゃとナッツの
からあげ

9月1日 (金)



たこめし
牛乳
あじの野菜あんかけ
ばち汁

4日 (月)



白飯
牛乳
家常豆腐
ナムル

5日 (火)



うま煮丼
(白飯)
牛乳
大豆と小魚の
青のり風味

6日 (水)



黒パン
牛乳
じゃがいもの
クリーム煮
にんじんのラペ

7日 (木)



ごぼうとカシューナッツの
混ぜご飯
牛乳
さばの塩焼き
味噌汁

8日 (金)



親子丼
(白飯)
牛乳
五目豆
梨

11日 (月)



カレー南蛮(うどん)
牛乳
ガーリック
フライドポテト
小松菜とわかめの
サラダ

12日 (火)



ハムとポテトのピラフ
牛乳
きびなごごまフライ
レタスとトマトと
卵のスープ

13日 (水)



わかめじゃこご飯
牛乳
かつおの
玉ねぎソースかけ
きのこ汁

14日 (木)



白飯
牛乳
肉豆腐
磯香和え
鉄火みそ

15日 (金)



はちみつパン
牛乳
豆とソーセージの
トマト煮
海藻サラダ

18日 (月)



敬老の日

19日 (火)



茄子とトマトの
スパゲティ
牛乳
ひじきのピリッと
サラダ
胡麻さつま蒸しパン

20日 (水)



白飯
牛乳
肉じゃが
きのこ入りおひたし
胡麻じゃこふりかけ

21日 (木)



白飯
牛乳
ホキとカシューナッツの
炒め物
中華スープ

22日 (金)



キャラメル揚げパン
牛乳
豆腐のスープ煮
アーモンドサラダ

25日 (月)



ソイ丼
(白飯)
牛乳
あさりのすまし汁
即席漬け

26日 (火)



スタミナ味噌ラーメン
(中華麺)
牛乳
コロコロ大学芋
中華きゅうり

27日 (水)



白飯
牛乳
茄子入りマーボー豆腐
春雨サラダ

28日 (木)



秋の香りご飯
牛乳
ししゃもフライ
呉汁

29日 (金)



白飯
牛乳
さんまのオレンジ煮
月見団子汁
ゆかり和え