

# 9月献立カレンダー

	月	火	水	木	金
					1日
					ごはん 豆腐ハンバーグ ブロッコリーの粉チーズ炒め みそ汁
					ちんすこう
	4日	5日	6日	7日	8日
	ごはん 肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁・オレンジ	ごはん カレーの中華あんかけ ほうれん草とコーンのナムル 中華スープ	ごはん サワラの梅みそ焼き ひじきと高野豆腐の煮物 すまし汁	ナポリタン ほうれん草のバター炒め コンソメスープ	ロールパン 鶏肉のシチュー ブロッコリーのしらす和え バナナ
	かぼちゃプリン	お誕生日ケーキ	スイートポテト	米粉のヨーグルトケーキ	五平餅風おにぎり
	11日	12日	13日	14日	15日
	ビビンバ丼 ポテトサラダ 中華スープ	ごはん・りんご タラのカレームニエル ブロッコリーサラダ コンソメスープ	ごはん 鮭のフライ 切干大根の煮物 みそ汁	みそラーメン オクラのごま和え バナナ	ごはん ヤンニョムチキン風 小松菜の塩昆布和え 中華スープ
	ごまクッキー	ブルーベリージャムサンド	小松菜ホットケーキ	豆乳きな粉プリン	おふラスク
	18日	19日	20日	21日	22日
		ごはん・オレンジ ポークチャップ キャベツと人参のサラダ コンソメスープ	わかめごはん 赤魚の煮つけ かぼちゃサラダ すまし汁	きつね丼 豚汁 キャンディチーズ	ロールパン ミートローフ トマトときゅうりのピクルス コーンスープ・りんご
		さつまいも蒸しパン	きなこクッキー	あんバターサンド	おかかおにぎり
	25日	26日	27日	28日	29日
	鶏うどん ほうれん草のおかか和え バナナ	ごはん 鮭のみそチーズ焼き ひじきの炒り煮 すまし汁	ごはん タラの天ぷら 豚じゃが みそ汁	ごはん マーボーなす チンゲン菜のナムル 中華スープ	チキンカレー ブロッコリーのドレ和え りんご
	じゃこおかかおにぎり	ニラチヂミ	レーズンマフィン	フルーチェ	みたらし団子風

