

9月分予定献立表

9月25日（金）

十五夜は家族で



お月見しませんか

月

火		水		木		金	
7		8		9		10	
○※ジョア(いちご)		○牛乳		○牛乳		○牛乳	
○ごはん		○パン		○ごはん		○パン	
わかめスープ		わふううめスバゲッティ		いそに		なつやさいとひきにくのカレー	
○とりこ		○スパゲッティ		○ふたにく		○ごはん	
○とうふ		★にんにく		★いんげん		○ふたにく	
○わかめ		★バセリ		○ひじき		★ふわどうながなす	
★もやし		○うめ		○あつあけ		★ねごろあめとう	
★にんじん		★たまねぎ		○ほねく		★かぼちゃ	
		★にんじん		○しょうゆ		★たまねぎ	
		★しめじ		○だいず			
		★えのきだけ		★たまねぎ			
		★エリンギ		★にんじん			
ヤンニョムチキン(2コ)		ごまマヨネーズあえ		○※しゅうまい(2コ)		チーズいりコールスローサラダ	
○とりこ		○とりこ				○チーズ	
★しょうが		★だいにん				★キャベツ	
○かたくりこ		★にんじん				★きゅうり	
○さとう		○ごま				★にんじん	
しお		しお				★とうもろこし	
		たまごなしマヨネーズ				★たまねぎ	
		す					
		しょうゆ					
		652kcal		658kcal		661kcal	
588kcal		652kcal		658kcal		661kcal	
14		15		16		17	
○牛乳		○牛乳		○※ジョア		○牛乳	
○ごはん		○パン		○ごはん		○ごはん	
ぎょうざのなかみどん		じゃがベースープ		とうふのチゲふう		かぼちゃとたまねぎのみそしる	
○ごはん		○ベーコン		○ふたにく		○あつあけ	
○とりこ		★ほうれんそう		★しょうが		★キャベツ	
○ふたにく		★とうもろこし		★にんにく		★かぼちゃ	
★はくさい		★コンソメ		★ごまあぶら		★こんにゃく	
★たまねぎ		★にんにく		○みそ		★たまねぎ	
★にら		★キャベツ		★ごま		★ごま	
★えのきだけ				ちゅうかだし		★ごま	
★しょうが				しょうゆ		★ごま	
				しお		★ごま	
				みりん		★ごま	
						※とうふハンバーグ(わふうきのこソース)	
						○※とうふハンバーグ	
						★たまねぎ	
						★えのきだけ	
						★しょうが	
						○かたくりこ	