



★令和3年 9月 予定献立表 ★

※仕入状況により、メニューを変更する場合があります。

		1日(水曜日)	2日(木曜日)	3日(金曜日)	4日(土曜日)
朝食		ご飯 スープ プレーンオムレツ ハヤシソース 野菜のツナサラダ	ご飯 スープ 根菜の洋風煮 6種の豆サラダ	ご飯 スープ 魚と人参シリシリ いんげんのドレッシング和え	ご飯 スープ 冬瓜のそぼろ煮 青菜のナムル風
		ご飯 みそ汁 ポーク野菜カレー チキン南蛮 野菜和え物	ご飯 みそ汁 豚すき煮 人参シリシリカレー炒め オクラ梅肉和え	ご飯 みそ汁 鶏ごぼう煮 マス塩焼き 大豆煮	ご飯 みそ汁 茄子のミートソース煮 豚のジンジャーソテー 白菜のツナサラダ
		ご飯 みそ汁 ナーベラー味噌煮 ハンバーグ ケチャップ煮 マッシュパンピキン	ご飯 みそ汁 ほうれん草とベーコンクリーム煮 揚げシュウマイ ブロッコリーサラダ	ご飯 みそ汁 麻婆茄子 千切りイリチー 黒豆	ご飯 野菜スープ 鶏のゆず味噌焼き ポーク焼きそば 野菜とワカメの和風和え

		5日(日曜日)	6日(月曜日)	7日(火曜日)	8日(水曜日)	9日(木曜日)	10日(金曜日)	11日(土曜日)
朝食		ご飯 スープ 麻婆大根 だしまきたまご	ご飯 スープ ゴーヤーチャンプルー 大根のしそ和え	ご飯 スープ キャベツの卵チャンプルー 青菜のおかか和え	ご飯 スープ 野菜とベーコンの卵とじ カリフラワーのフレンチサラダ	ご飯 スープ 野菜とたまごのチャンプルー ごぼうサラダ	ご飯 スープ ジャーマンポテト アスパラのサウザンサラダ	ご飯 スープ 野菜のコンビーフソテー サラスパのフレンチサラダ
		ご飯 みそ汁 豚の生姜焼き 野菜の味噌炒め インゲンと豆サラダ	ご飯 みそ汁 赤魚の煮つけ 肉野菜炒め 茄子のみそ和え	ご飯 みそ汁 チキンジンジャー炒め ゴーヤーとパプリカのソテー かぼちゃ煮	ご飯 みそ汁 フーチキナー炒め チーズハンバーグ マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 ポーク冬瓜煮 カニカマ天ぷら 野菜和え物	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー 赤魚煮つけ 人参和え物	ご飯 みそ汁 鮭のちゃんちゃん焼き風 金平ごぼう いんげんの胡麻和え
		ご飯 野菜スープ フーチャンプルー 鶏のマヨポン炒め パプリカの和風和え	ご飯 野菜スープ 肉団子とニンニクの芽の甘酢あん ひじきと大豆の炒め煮 ブロッコリーの胡麻和え	ご飯 みそ汁 ポーク大根煮 ツナブロッコリー炒め 人参サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐のコンビーフ炒め クープイリチー オクラ梅肉和え	ご飯 みそ汁 パンピキンシチュー 豚肉パプリカ炒め ブロッコリーオニオンソース	ご飯 みそ汁 チキン野菜炒め 金平コンニャク ポテトサラダ	ご飯 野菜スープ 和風ハンバーグ 肉じゃが キャベツの千切り紫蘇サラダ

		12日(日曜日)	13日(月曜日)	14日(火曜日)	15日(水曜日)	16日(木曜日)	17日(金曜日)	18日(土曜日)
朝食		ご飯 スープ 青梗菜とハムの卵とじ 白菜のイタリアンサラダ	ご飯 スープ 洋風吉野煮 野菜の竹輪和え	ご飯 スープ フーチャンプルー ブロッコリーの胡麻和え	ご飯 スープ 麻婆茄子 だしまきたまご	ご飯 スープ プレーンオムレツ ハヤシソース 野菜とツナサラダ	ご飯 スープ 根菜の洋風煮 6種の豆サラダ	ご飯 スープ 魚と人参シリシリ いんげんのドレッシング和え
		ご飯 みそ汁 豚のパンバンジーソース 根菜の煮物 大根のわかめ和え	ご飯 みそ汁 トマトガーリックチキン スパニッシュオムレツ パプリカサラダ	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 人参シリシリ炒め インゲンゴマ和え	赤飯・中味汁 山海天ぷら 三枚肉と野菜の煮つけ 出し巻玉子 黒豆・フルーツ	ご飯 みそ汁 豚肉大根煮 サバの煮つけ インゲン梅肉和え	ご飯 みそ汁 ポークパンピキンシチュー ハンバーグ ケチャップ煮 野菜の和え物	ご飯 みそ汁 豚の焼肉のたれ炒め 切干大根の炒め煮 菜の花のカニカマ和え
		ご飯 野菜スープ バジルチキン スパゲティのナポリタン カリフラワーサラダ	ご飯 野菜スープ ゴーヤーチャンプルー ピーマンの五目炒め 茄子の梅和え	ご飯 みそ汁 ツナと白菜の中華煮 レバニラ炒め 大豆煮	ご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー 千切り大根煮 ハムとほうれん草の和え物	ご飯 みそ汁 からし菜炒め 人参とひき肉のカレー炒め マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 チキンとゴーヤーのカキソース炒め ツナブロッコリー炒め 黒豆	ご飯 野菜スープ ハンバーグ トマトソース ジャーマンポテト 洋風サラダ

		19日(日曜日)	20日(月曜日)	21日(火曜日)	22日(水曜日)	23日(木曜日)	24日(金曜日)	25日(土曜日)
朝食		ご飯 スープ 冬瓜のそぼろ煮 青菜のナムル風	ご飯 スープ 麻婆大根 だしまきたまご	ご飯 スープ ゴーヤーチャンプルー 大根のしそ和え	ご飯 スープ キャベツの卵チャンプルー 青菜のおかか和え	ご飯 スープ 野菜とベーコンの卵とじ カリフラワーのフレンチサラダ	ご飯 スープ 野菜とたまごのチャンプルー ごぼうサラダ	ご飯 スープ ジャーマンポテト アスパラのサウザンサラダ
		ご飯 みそ汁 鶏のゆず味噌焼き ポーク焼きそば 野菜とワカメの和風和え	ご飯 みそ汁 フーチャンプルー 鶏のマヨポン炒め パプリカの酢醤油和え	赤飯・中味汁 山海天ぷら 三枚肉と野菜の煮つけ 出し巻玉子 黒豆・フルーツ	ご飯 みそ汁 チキンカレー煮 白身フライ マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 豚すき煮 ツナ玉中華甘酢あん 人参サラダ	ご飯 みそ汁 チキンのピーナッツシチュー チーズハンバーグ ブロッコリーサラダ	ご飯 みそ汁 ねぎだくチキン フーチャンプルー いんげんのこんにやく和え
		ご飯 野菜スープ 茄子のミートソース煮 豚のジンジャーソテー 白菜のツナサラダ	ご飯 野菜スープ 豚の生姜焼き 野菜炒め いんげんと豆サラダ	ご飯 みそ汁 豚肉ピーマン ひじき煮 おからイリチー	ご飯 みそ汁 和風麻婆豆腐 人参シリシリ オクラ梅肉和え	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー 揚げシュウマイ甘酢あん レッドキャベツのピクルス	ご飯 みそ汁 ポーク大根煮 サバの味噌煮 大豆煮	ご飯 野菜スープ 豚の生姜焼き 人参シリシリ チンゲン菜のナムル

		26日(日曜日)	27日(月曜日)	28日(火曜日)	29日(水曜日)	30日(木曜日)
朝食		ご飯 スープ 野菜のコンビーフ炒め サラスパのフレンチサラダ	ご飯 スープ 青梗菜とハムの卵とじ 白菜のイタリアンサラダ	ご飯 スープ 洋風吉野煮 野菜の竹輪和え	ご飯 スープ フーチャンプルー ブロッコリーの胡麻和え	ご飯 スープ 麻婆茄子 だしまきたまご
		ご飯 みそ汁 和風ハンバーグ 肉じゃが キャベツの千切り紫蘇サラダ	ご飯 みそ汁 麻婆茄子 ブロッコリーの甘酢あん 出し巻玉子	ご飯 みそ汁 親子とじ からし菜炒め カニカマはずくし和え	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー チキン南蛮 レッドキャベツと人参のピクルス	ご飯 みそ汁 ひき肉とキャベツのタコス風味 マスの塩焼き 野菜の和え物
		ご飯 野菜スープ 鮭のちゃんちゃん焼き風 金平ごぼう いんげんの胡麻和え	ご飯 みそ汁 ツナとキャベツの塩炒め 豚肉生姜焼き マッシュポテト	ご飯 みそ汁 ポーククリームシチュー ハンバーグ ケチャップ煮 マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 豚肉カレー煮 トマトと玉子の塩炒め オクラオニオンソース和え	ご飯 みそ汁 ナンコツソーキ煮 千切りイリチー 卵の花

