

9月の献立（写真付き）をご紹介します。



1	木	カレーライス	 フレンチサラダ		
			冷凍みかん		
2	金	麦ごはん	 魚と野菜の甘酢炒め		
			かぶのひと塩		
			すいとん		
5	月	ガーリックトースト	 ラタトゥユ		
			ポトフ		
6	火	ごま塩ご飯	 変わりコロッケ		
			豚こまとごぼうの黒酢炒め		
			みそ汁		
7	水	タコライス	 もずく入りかきたま汁		
			梨（予定）		
8	木	麦ごはん	 鯖のごま焼き		
			菊花和え		
			みそ汁		
9	金	さつま芋ごはん	 ししゃもの二色天ぷら		
			がめ煮		
			お月見団子汁		
12	月	キムチ炒飯	 棒餃子		
			大根とじゃこのサラダ		
			五目スープ		
13	火	ごはん	 さわらの麦みそ焼き		
			じゃがのそぼろ煮		
			野菜のみそ汁		
14	水	きのこ入り スパゲッティ ミートソース	 サウピカンサラダ		
			乳ない豆腐		

9月の献立（写真付き）をご紹介します。



15	木	黒砂糖パン	豆乳のコーンシチュー ゆで野菜 みそドレッシングあえ 梨		
16	金	麦ごはん	なす入り麻婆豆腐 中華あえ 白クマゼリー		 
21	水	きつねうどん	おはぎ きゅうりの土佐醤油		
22	木	高野豆腐の そぼろごはん	春雨のごま酢あえ 飛鳥汁		
26	月	ごはん	カツ煮 おかかおひたし えのき入すまし汁 ぶどう（予定）		
27	火	はぎごはん	鮭のわかめみそ焼き かぼちゃ甘煮 けんちん汁		
28	水	鶏飯	きびなごのから揚げ 野菜のごまあえ 芋餅		
29	木	セサミトースト	グヤーシュ （ハンガリーシチュー） キャベツフレンチ		
30	金	麦ごはん	いかのチリソース 野菜の中華酢あえ 華風コーンスープ		