

9月29日

飲むヨーグルト、ご飯、秋刀魚のかば焼き風、月見ゼリー、芋の子汁、塩ぽんず和え



9月28日

牛乳、ご飯、鶏肉のスパイス焼き、ポトフ、ひじきのサラダ



9月27日

牛乳、ご飯、くじらのノルウェー煮、みぞれ汁、黄桃



9月26日

飲むヨーグルト、ご飯、トッポギ、中華スープ、大学芋



9月25日

牛乳、ご飯、里芋コロッケ、なめこ汁、のり和え



9月22日

ハヤシライス、飲むヨーグルト、野菜入りオムレツ、はちみつレモンゼリー



9月21日

牛乳、ご飯、白身魚フライ、ジャーマンポテト、マカロニスープ



9月20日

牛乳、ご飯、かぼちゃの天ぷら、豚じゃが、きんぴらごぼう



9月19日

飲むヨーグルト、ご飯、鶏肉のオレンジソース、冬瓜のスープ煮、切干大根のソテーサラダ



9月15日

飲むヨーグルト、ご飯、あじのピリカラソース、ビーフンスープ、ナムル



9月14日

牛乳、ご飯、ハンバーグのケチャップソース、キャベツのソテー、さつま芋のクリームシチュー



9月13日

牛乳、ご飯、太刀魚の竜田揚げ、ゆず和え、いそ煮



9月12日

飲むヨーグルト、ご飯、チャプチェ、トックスープ、蒸ししゅうまい



9月11日

牛乳、中華丼、鶏肉のから揚げ、フルーツミックス



9月8日

飲むヨーグルト、おにぎり、冷やし中華、鶏肉と厚揚げの中華煮、型抜きチーズ



9月7日

牛乳、ご飯、鶏肉のハーブ焼き、ポテトサラダ、ミネストローネ



9月6日

牛乳、ご飯、ミンチカツ、おひたし、団子汁



9月5日

飲むヨーグルト、ご飯、プルコギ、貝柱のスープ、春巻き



9月4日

牛乳、ご飯、鯖のおろし焼き、さつま汁、きゅうりの酢の物



9月1日

キーマカレー、飲むヨーグルト、フランクフルト、キャベツのサラダ

