

9月30日

牛乳、ご飯、肉豆腐、秋刀魚の照り焼き、のり和え



9月29日

牛乳、ご飯、スープ煮、鶏肉のスパイス焼き、ひじきのサラダ



9月28日

牛乳、ご飯、みぞれ汁、鯨のノルウェー煮、きゅうりのごま塩和え



9月26日

牛乳、ご飯、厚揚げのそぼろ煮、里芋コロッケ、柚子和え



9月21日

牛乳、中華丼、鶏肉の唐揚げ、ぶどう



9月20日

牛乳、ご飯、さつま汁、鮭の塩焼き、ごま和え



9月16日

牛乳、ご飯、わかめスープ、チャプチェ、ごま団子



9月15日

牛乳、ご飯、さつまいのクリームシチュー、白身魚フライ、グリーンサラダ



9月14日

牛乳、ご飯、団子汁、卵焼き、お浸し



9月13日

牛乳、ご飯、鶏すき、鱈の甘酢、人参しりしり



9月12日

牛乳、ご飯、キャベツの甘味噌炒め、蒸ししゅうまい、フルーツミックス



9月9日

牛乳、ご飯、里芋の煮物、竹輪の磯辺揚げ、塩ぽん酢和え、お月見ゼリー



9月8日

牛乳、ご飯、こめこマカロニスープ、鶏肉のハーブ焼き、かぼちゃのサラダ



9月7日

牛乳、ご飯、豚じゃが、ししゃもの天ぷら、きんぴらごぼう



9月6日

牛乳、ご飯、卵入り中華スープ、春巻き、肉野菜炒め



9月5日

飲むヨーグルト、キーマカレー、焼きフルト、チキンマリネ



9月2日

牛乳、ご飯、なめこ汁、鯖のおろし焼き、筑前煮



9月1日

牛乳、ご飯、マセドアンスープ、ポークケチャップ、フライドポテト

