週間予定献立表 (9月)

	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)
朝	ご飯 味噌汁 煮浸し 温泉卵 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 変わり金平 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやしの煮物 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 おから炒り とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮つけ 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 すまし汁 豚肉の西京焼き ナムル 香の物 果物	ご飯 薩摩芋ご飯 かじきのムニエル マカロニサラダ 香の物 果物	ご飯 うーめん汁 炊き合わせ 茄子の田楽 香の物 果物	ご飯 味噌汁 焼き魚(甘塩鮭) 炒り煮 香の物 果物	赤飯 すまし汁 野菜の炊き合わせ 銀鱈の西京焼き 松風焼き 茶わん蒸し エビチリ 果物	カレーうどん お浸し 卵焼き フルーツポンチ	菓子パン ポトフ スクランブルエッグ 野菜サラダ フルーツポンチ
夕	ご飯 味噌汁 秋刀魚の松前煮 五目チャンプルー 香の物	ご飯 味噌汁 鶏の醤油煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 赤魚の南部焼 炒り大根 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉のオイスター炒め めかぶ和え 香の物	ご飯 味噌汁 魚のしぐれ煮 切り干し大根の煮つけ 香の物	ご飯 味噌汁 鶏の梅かつお焼き 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鰯) 金平ごぼう 香の物

週間予定献立表 (9月)

	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)
朝	ご飯 味噌汁 茄子炒り なめこおろし和え 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 煮浸し 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げと白菜の炒め煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜ソテー おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 五目豆 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 金平ごぼう 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 ワンタンスープ 鱈のムニエル 春雨炒め 香の物 果物	豚丼 すまし汁 きのこの土佐酢 香の物 果物	ご飯 塩豚汁 ぶりの照り焼き 炊き合わせ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 スコッチエッグ 夏野菜の煮込み 香の物 果物	ご飯 野菜の吉野汁 鯖の塩焼き 野菜の胡麻味噌かけ 香の物 果物	おはぎ すまし汁 煮しめ 果物	菓子パン きのこスープ グラタン 野菜サラダ フルーツポンチ
夕	ご飯 味噌汁 鶏のさっぱり煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(ホッケ) おでん風煮物 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ 白和え 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鱈の煮つけ 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 鶏と根菜の煮物 酢の物 香の物