



献立表



	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	ミニ黒糖ツイスト スクランブルエッグ りんごジュース フルーツ	シュガーバターコッペ ゴボウサラダ 牛乳 フルーツ	いちごジャムパン 南瓜サラダ りんごジュース フルーツ	ミルククリームパン さつまいも甘煮 牛乳 フルーツ	ロールパン たまごサラダ りんごジュース フルーツ	はちみつブンブン ポテトサラダ 牛乳 フルーツ	明太チーズコッペ ビーンズサラダ りんごジュース ヨーグルト
昼食	赤飯 天ぶらの盛り合わせ 里芋の柚子あんかけ インゲンの辛子和え 味噌汁	中華丼 蒸しシューマイ 中華スープ オレンジゼリー	御飯 鯖の利休焼き ピーマンソテー 白菜の和え物 味噌汁	御飯 白身魚の2色揚げ じゃが玉煮 胡瓜ともずくの酢の物 味噌汁	★ばる通信★ 十八穀御飯 鶏肉と秋野菜の胡麻ねぎだれ 豆腐のきのこあんかけ 小松菜と大根の味噌汁 梨のゼリー	御飯 豚肉の柳川風 もやしのさっぱり和え すまし汁	炊き込み御飯 山菜そば 茄子の煮物 フルーツ
夕食	御飯 豚肉の青じそ炒め 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	御飯 鶏肉の昆布茶焼き 根菜煮 小松菜のピーナッツ和え 味噌汁	御飯 豚しゃぶ～香味ダレ～(冷) 厚揚げの煮物 大根なます すまし汁	御飯 かに玉風 肉団子 ほうれん草の和え物 中華スープ	御飯 カレイの味噌焼き 大豆五目煮 エンドウの生姜和え すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ きのこあん 野菜炒め 南瓜サラダ 味噌汁	御飯 鶏肉のおろし煮 がんも煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁
3時							★喫茶の日★ 緑茶ケーキ
	エネルギー 1387kcal 蛋白質 52.7g 脂質 40.3g 食塩 8.8g	エネルギー 1402kcal 蛋白質 45.5g 脂質 42.8g 食塩 6.7g	エネルギー 1404kcal 蛋白質 44.3g 脂質 43.9g 食塩 5.3g	エネルギー 1377kcal 蛋白質 50.5g 脂質 40.3g 食塩 7.9g	エネルギー 1453kcal 蛋白質 53.2g 脂質 44.9g 食塩 7.1g	エネルギー 1309kcal 蛋白質 43.1g 脂質 40.2g 食塩 6.4g	エネルギー 1431kcal 蛋白質 52.5g 脂質 48.3g 食塩 8.9g

※仕入れの都合により、献立を変更させていただく場合もございます。ご了承の程宜しくお願い致します。



献立表



	日	月	火	水	木	金	土
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	塩バニラ 野菜のトマト煮 牛乳 フルーツ	豆乳クリームパン ハンバーグ りんごジュース フルーツ	りんりんりんご マカロニサラダ 牛乳 フルーツ	カスタードクリームパン ポテトサラダ りんごジュース フルーツ	ロールパン ナポリタン 牛乳 フルーツ	抹茶リング 野菜とベーコンの洋風煮 りんごジュース フルーツ	ミニ山シュガー スクランブルエッグ 牛乳 ヨーグルト
昼食	御飯 豚肉の三色ピーマン炒め 南瓜の煮物 酢味噌和え すまし汁	◆重陽の節句◆ 栗御飯 鶏の柚子味噌焼き 焼き茄子 菊菜の和え物 すまし汁	御飯 メンチカツ & コーンコロツケ 金平レンコン 大根サラダ 味噌汁	ふりかけおにぎり 焼きそば もやしの和え物 味噌汁 いちごゼリー	御飯 鯖のみるく味噌煮 ごぼうと糸コンの炒め物 水菜とうす揚げの和え物 すまし汁	木の葉丼 切干大根の煮物 オクラの和え物 味噌汁	御飯 鶏肉のレモン風味焼き きのこの木の葉煮 インゲンの胡麻和え すまし汁
夕食	御飯 五目玉子焼き きのこのバター醤油炒め キャベツの梅和え 味噌汁	御飯 白身魚の和風あんかけ 里芋の胡麻煮 しろ菜の和え物 味噌汁	御飯 豚肉の塩ダレ炒め 平天の煮物 春雨のサラダ 中華スープ	御飯 鶏肉の胡麻焼き 冬瓜のくず煮 茄子のリャンパン 味噌汁	菜めし 豆腐ステーキかに玉あんかけ レンコン炒め 白菜のお浸し 味噌汁	御飯 タラの味噌マヨ焼き 肉団子のトマト煮 コールスローサラダ スープ	御飯 肉団子と野菜のカレー煮 焼きビーフン ナスのおろしポン酢かけ スープ
	エネルギー 1337kcal 蛋白質 44.8g 脂質 47.4g 食塩 7.4g	エネルギー 1313kcal 蛋白質 48.2g 脂質 36.9g 食塩 7g	エネルギー 1586kcal 蛋白質 45.3g 脂質 48.3g 食塩 7.5g	エネルギー 1362kcal 蛋白質 39.9g 脂質 35.2g 食塩 6.3g	エネルギー 1418kcal 蛋白質 48.5g 脂質 43.1g 食塩 7.6g	エネルギー 1317kcal 蛋白質 46.4g 脂質 34.7g 食塩 8.1g	エネルギー 1450kcal 蛋白質 57.4g 脂質 47.5g 食塩 8.8g

※仕入れの都合により、献立を変更させていただく場合もございます。ご了承の程宜しくお願い致します。



献立表




	日	月	火	水	木	金	土
	15	16	17	18	19	20	21
朝食	チョコカスター スパゲティサラダ りんごジュース フルーツ	おいものクリームパン たまごサラダ 牛乳 フルーツ	こだわり粒あんぱん ゴボウサラダ りんごジュース フルーツ	ミニストロベリーツイスト さつまいも甘煮 牛乳 フルーツ	ロールパン ビーンズサラダ りんごジュース フルーツ	黒糖みるく ポテトサラダ 牛乳 フルーツ	抹茶リング ハンバーグ りんごジュース ヨーグルト
昼食	御飯 豚肉と玉子の中華炒め 大根のツナ煮 チンゲン菜の和え物 中華スープ	★敬老の日★ 押し寿司 ガリ生姜 天ぷら盛り合わせ 炊き合わせ ほうれん草の和え物 茶碗蒸し フルーツ	★十五夜★ お月見しぐれ丼 里芋と揚げのとろみ煮 味噌汁 フルーツ	御飯 煮込みハンバーグ キャベツのソテー カリフラワーのサラダ コンソメスープ	わかめおにぎり 醤油ラーメン 蒸しシューマイ フルーツ	御飯 チキンカツ 切干大根の煮物 小松菜のおかか和え 味噌汁	★SDGsメニュー★ 大豆のお肉でキーマカレー<<SDGs>> 小松菜のガーリックソテー キャベツのサラダ ぶどうゼリー
夕食	御飯 メヌケの味噌煮 ブロッコリーのかにあんかけ 白菜のお浸し すまし汁	御飯 チキンステーキ ひじき煮 胡瓜のサラダ 味噌汁	御飯 タラの昆布蒸し ナスの煮浸し オクラの和え物 味噌汁	御飯 厚揚げの酢豚風炒め ニラ玉 白菜の梅肉和え 中華スープ	御飯 お好み風玉子焼き チンゲン菜の塩だれ炒め ゴボウサラダ 味噌汁	御飯 カレイの照り焼き がんも煮 インゲンの和え物 豚汁	御飯 治部煮 もやし炒め オクラの和え物 味噌汁
3時							★たこ焼きの日★ たこ焼き(1人5個)
	エネルギー 1270kcal 蛋白質 43.3g 脂質 38.5g 食塩 7.4g	エネルギー 1585kcal 蛋白質 58.8g 脂質 61.9g 食塩 7g	エネルギー 1331kcal 蛋白質 45.3g 脂質 26.6g 食塩 6.7g	エネルギー 1413kcal 蛋白質 47g 脂質 47.3g 食塩 8.5g	エネルギー 1433kcal 蛋白質 46.2g 脂質 44.2g 食塩 8g	エネルギー 1446kcal 蛋白質 55.9g 脂質 48.4g 食塩 7.6g	エネルギー 1720kcal 蛋白質 55.7g 脂質 48.4g 食塩 11g

※仕入れの都合により、献立を変更させていただく場合もございます。ご了承の程宜しくお願い致します。



献立表



	日	月	火	水	木	金	土
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	季節のジャムパン 南瓜サラダ 牛乳 フルーツ	レーズンペストリー ハンバーグ りんごジュース フルーツ	ミニショコラツイスト マカロニサラダ 牛乳 フルーツ	なつかしーあんぱん 野菜とベーコンの洋風煮 りんごジュース フルーツ	ロールパン ハンバーグ 牛乳 フルーツ	黒糖みるく ポテトサラダ りんごジュース フルーツ	ミニ山シュガー ビーンズサラダ 牛乳 ヨーグルト
昼食	★秋分の日★ 松茸風味御飯 タラと秋野菜の揚げ浸し 田楽 ほうれん草の和え物 赤だし	親子丼 南瓜の煮物 味噌汁 フルーツ 	御飯 豚肉の生姜焼き 野菜天煮 オクラのおかか和え 味噌汁	★ふるさと御膳 鹿児島県★ さつますもじ がね さつま汁 フルーツ	御飯 鶏の唐揚げ ほうれん草のソテー ゴボウサラダ 味噌汁	おにぎり カレーうどん インゲンのおかか和え フルーツ	御飯 お好み焼き きゅうりの和え物 味噌汁 フルーツ
夕食	御飯 豆腐ステーキ肉味噌 金平ゴボウ キャベツのサラダ すまし汁	御飯 白身魚の焼き南蛮漬け 大根の柚子あんかけ しろ菜の胡麻和え 味噌汁	御飯 千草焼き 和風あんかけ じゃが芋の煮物 インゲンの胡麻和え 味噌汁	御飯 鯖の煮付け 炒り豆腐 チンゲン菜の磯和え 味噌汁	御飯 たっぷり野菜と餃子のスープ煮 茄子とピーマンの炒め物 キャベツの甘酢和え	御飯 豚肉と野菜の炒め物 玉子とじ ブロッコリーのピーナッツ和え 味噌汁	麦御飯 メヌケのおろし煮 厚揚げの生姜炒め 小松菜の土佐酢和え すまし汁
	エネルギー 1349kcal 蛋白質 48.9g 脂質 35.5g 食塩 8g	エネルギー 1495kcal 蛋白質 53.6g 脂質 36.4g 食塩 6.8g	エネルギー 1436kcal 蛋白質 52.7g 脂質 48.4g 食塩 8.1g	エネルギー 1433kcal 蛋白質 43.4g 脂質 34.6g 食塩 8.7g	エネルギー 1384kcal 蛋白質 42.8g 脂質 46.6g 食塩 7.2g	エネルギー 1339kcal 蛋白質 39.9g 脂質 34.5g 食塩 6.4g	エネルギー 1348kcal 蛋白質 54.3g 脂質 43.5g 食塩 6.9g

※仕入れの都合により、献立を変更させていただく場合もございます。ご了承の程宜しくお願い致します。



9月

献立表



	日	月	火	水	木	金	土
	29	30					
朝食	ミニ山シュガー スパゲティサラダ りんごジュース フルーツ	カスタードリング ポテトサラダ 牛乳 フルーツ					
昼食	★誕生日メニュー★ 萩御飯 カレイの黄味焼き 秋の吹き寄せ煮 胡瓜の酢の物 ミニそば	御飯 鶏と大根の煮物 キャベツのソテー 玉子豆腐 味噌汁					
夕食	御飯 豚肉と厚揚げのオイスター炒め 南瓜の煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁	御飯 肉団子と野菜の甘辛揚げ 白菜の煮浸し オクラの和え物 味噌汁					
	エネルギー 1406kcal 蛋白質 49.8g 脂質 38.2g 食塩 7.9g	エネルギー 1460kcal 蛋白質 44.9g 脂質 50g 食塩 8.1g					

※仕入れの都合により、献立を変更させていただく場合もございます。ご了承の程宜しくお願い致します。