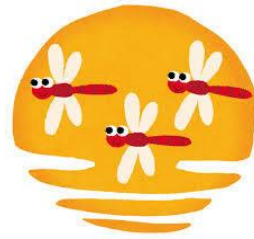


			9月2日（木）828kcal	9月3日（金）828kcal
			ごはん ①鶏のネギソースかけ ②キャベツのかに和え ③茄子のみそ炒め ④ツナカレーパプリカ汁 千切り野菜スープ	ごはん ①豚じゃが ②一口あじフライ ③ごぼうの卵とし ④もやしのピーナッツ和え汁 みそ汁（玉ねぎ・わかめ）
9月6日（月）831kcal	9月7日（火）803kcal	9月8日（水）818kcal	9月9日（木）862kcal	9月10日（金）831kcal
ごはん ①豚肉と小松菜のオイスター炒め ②エビフライ ③キャベツとコーンのごま和え ④れんこん土佐煮 汁 みそ汁（豆腐・玉ねぎ）	ごはん ①鮭の塩焼き ②カレーチャーمانポテト ③ごまとかぼちゃのフレンチポテト ④人参ちりめん和え汁 和風野菜スープ	ごはん ①厚揚げと茄子のピリ味噌炒め ②厚焼きたまご ③切干大根煮 ④もやしの和えもの 汁 すまし汁（しめじ・わかめ）	ドライカレー（ごはん） 冷菜 大根サラダ デザート ヨーグルト	ごはん ①炒り鶏 ②二色浸し ③揚げだし豆腐 ④さつまいものレモン煮 汁 みそ汁（大根・ほうれん草）
9月13日（月）858kcal	9月14日（火）807kcal	9月15日（水）817kcal	9月16日（木）752kcal	9月17日（金）880kcal
ごはん ①油淋鶏 ②小松菜の和え物 ③じゃこ金平 ④しゅうまい 汁 ほうれん草とベーコンのスープ	ごはん ①豚肉とれんこんの生姜炒め ②ミニ野菜コロッケ ③人参しりしり ④オクラの塩昆布和え汁 すまし汁（花麴・みつば）	ごはん ①プルコギ ②白菜の韓国海苔和え ③春雨の炒め煮 ④えび餃子 汁 わかめスープ	ごはん ①鯖のごま照り焼き ②ほうれん草とコーンのソテー ③高野豆腐のコロコロ煮 ④キャベツのおかか和え汁 みそ汁（さといも・長ねぎ）	ごはん ①ハンバーグ ②フライドポテト ③ツナごま和え ④きのこのバター炒め 汁 コーンポタージュスープ
9月20日（月）	9月21日（火）863kcal	9月22日（水）873kcal	9月23日（木）	9月24日（金）814kcal
（敬老の日） 	クリームシチュー（ごはん） 冷菜 野菜サラダ  デザート お月見ゼリー	ごはん ①豚肉の咖喱煮 ②キャベツソテー ③カニクリームコロッケ ④青菜のさっぱり和え汁 すまし汁（ちくわ・花麴）	（秋分の日） 	ごはん ①さばの醤油煮 ②キャベツのごま和え ③茄子の揚げ浸し ④完熟トマトの一口一口 汁 みそ汁（さつま揚げ・玉ねぎ）
9月27日（月）842kcal	9月28日（火）844kcal	9月29日（水）813kcal	9月30日（木）838kcal	
ごはん のりの佃煮 ①豚の生姜焼き ②小松菜のツチ炒め ③エビカツ ④大根のゆかり和え汁 ベジタブルスープ	ごはん ①焼き鳥風 ②もやしのごま和え ③ミニ焼きそば ④大学いも 汁 みそ汁（豆腐・油揚げ）	ごはん ①刈り取りのきのこチーズ焼き ②二色浸し ③かぼちゃとさつまいもの温サラダ ④金時豆 汁 小松菜とベーコンのスープ	ごはん ①豚肉のスタミナ炒め ②豆苗の和え物 ③ミートボール ④ピーマンとツナのソテー汁 みそ汁（わかめ・大根）	

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

