



今週の献立



あにもの森

	9月5日(日)	9月6日(月)	9月7日(火)	9月8日(水)	9月9日(木)	9月10日(金)	9月11日(土)
朝食	白菜のクリーム煮 アスパラサラダ 食パン 中華スープ 牛乳	納豆 じゃが芋のそぼろ炒め もやしの和え物 味噌汁 ごはん オレンジジュース	厚焼玉子 白菜の煮浸し たいみそ 味噌汁 ごはん 牛乳	ジャーマンポテト ポン酢和え のり佃煮 味噌汁 ごはん りんごジュース	かみつみれと野菜の煮物 キャベツの磯和え ふりかけ 味噌汁 ごはん 牛乳	お魚豆腐と大根の煮物 青菜のソテー ゆずみそ 味噌汁 ごはん 牛乳	いんげんと卵のソテー ブロッコリーと蓮根サラダ ねぎみそ コーンスープ ごはん 牛乳
昼食	麻婆茄子 焼き餃子 もやしのナムル 中華スープ ごはん	チキンピカタ さつまいもの甘煮 キャベツのサラダ コンソメスープ ごはん	味噌ソースカツ丼 角揚げと野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁	ハヤシライス ごぼうの中華風サラダ ほうれん草ソテー 大根スープ	さばのカレームニエル アスパラソテー マリネ風サラダ 味噌汁 ロールパン	かき揚げそば かぶの甘酢和え 青菜ときのこのソテー ぶどうゼリー	煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー チーズサラダ 味噌汁 ごはん
午後おやつ	梅ゼリー	ロールケーキ	ようかん	ピーチゼリー	抹茶プリン	あんドーナツ	デザートムース
夕食	鶏肉のバジル焼 いんげんソテー れんこんのマヨおかか和え 味噌汁 ごはん	豚肉と厚揚げのみそ炒め 春雨サラダ なすの炒め煮 味噌汁 ごはん	豆腐ハンバーグあんかけ 長芋の梅和え ピリ辛ごぼう炒め すまし汁 ごはん	五目卵焼き 切昆布の煮付け マカロニサラダ 味噌汁 ごはん	豚肉の生姜焼き 里芋のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁 ごはん	鶏肉とごぼうのしぐれ煮 オクラのお浸し かぼちゃのごま和え 味噌汁 ごはん	豚肉の塩こうじ焼き 炒り豆腐 小松菜と油揚げの煮物 味噌汁 ごはん
合計	E 1637 P 56.2 F 51.3 塩 8.1	E 1640 P 60.9 F 38.7 塩 9.1	E 1659 P 52.8 F 40.3 塩 10.7	E 1621 P 53.1 F 42.0 塩 9.4	E 1645 P 67.2 F 52.5 塩 8.9	E 1630 P 55.6 F 44.7 塩 8.9	E 1600 P 60.9 F 46.1 塩 8.9

E…エネルギー(kcal) P…たんぱく質(g) F…脂質(g) 塩…食塩相当量(g)

※ 入荷の都合により、献立変更の際はご了承下さい。

9/9は「重陽」 旧暦では菊の花が咲く季節とされています。

富士食品商事株式会社