



日	献立	日	献立
1(月)	ミンチカツ&海鮮串フライ&さつま揚げ ワカメのシンジャーソテー 茄子の胡麻和え 630kcal	16(火)	エビフライ タルタルソース&ナポリタンスパゲティー 揚げボール 牛蒡の中華炒め 657kcal
2(火)	豆腐ハンバーグ&チキンフライ&オムレツ 春巻き 大豆の煮物 738kcal	17(水)	タンドリーチキン&エビカツ&きのこたっぷり青椒肉絲風 大豆と椎茸の煮物 白菜とキムチもやし和え 751kcal
3(水)	おろしカツ おろしポン酢&もろこし焼き&茄子の味噌煮 たこ焼き ひじきの旨煮 751kcal	18(木)	イカカツ&白身フライ&竹輪天 春雨とピーマンのスタミナ炒め 玉葱の和風サラダ 759kcal
4(木)	ハンバーグ 和風オニオンソース&うずらフライ 塩マーボー豆腐 切干大根の白だし煮 811kcal	19(金)	豚肉のソテー 照り焼きソース&野菜春巻き 赤はんぺん 切干大根の青じそサラダ 777kcal
5(金)	タラの南蛮風&チキンステーキ&野菜炒め コーン天 高野豆腐の中華煮 716kcal	20(土)	☆お楽しみメニュー☆
6(土)	☆お楽しみメニュー☆	21(日)	
7(日)		22(月)	揚げ出し豆腐 和風あん&メンチカツ&ごぼう天 シューマイ 高野豆腐のだし煮 751kcal
8(月)	ハムステーキ&豚しゃぶ チリコンカン ザワークラウト 803kcal	23(火)	アジフライ&ニラ饅頭&つくね ハヤシシチュー ピーマンの胡麻和え 736kcal
9(火)	味噌カツ&野菜つくね 揚げボール 人参サラダ 917kcal	24(水)	タラの塩焼き&お好み風海鮮ステーキ 中華あん&焼肉炒め マーボー豆腐風 春雨サラダ 647kcal
10(水)	もちもちフライ&フランク&シューマイ 豆腐とネギのとろみ煮 紅白なます漬け 694kcal	25(木)	鶏天 黒酢あん かき揚げ マカロニの高菜炒め 643kcal
11(木)	唐揚げ&海鮮チヂミ&花形さつま オクラの和え物 ナムルもやし 759kcal	26(金)	コーンフライ&スタミナ炒め カレー 山菜和風スパ 667kcal
12(金)	野菜とひじきの豆腐焼き&ミートコロッケ ハンバーグ 茄子の中華和え 756kcal	27(土)	☆お楽しみメニュー☆
13(土)	☆お楽しみメニュー☆	28(日)	
14(日)		29(月)	鶏肉の西京焼き&じゃが芋串フライ&焼きそば 白和え風 チンゲン菜のソテー 714kcal
15(月)	かき揚げ&鶏天&南瓜天 ジャワカレー お浸し 621kcal	30(火)	ササミフライ&海鮮お好み焼き&クリームシチュー 揚げギョーザ 小松菜ののり塩和え 680kcal

・仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。

・ご飯は国内産の白米を使用しております。

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続いております。  
お弁当は14時頃までにお召し上がり頂けます様、お願い申し上げます

