

日	献立	日	献立
1(火)	チキンカツ カレーソース ゴボウのかき揚げ オクラのポン酢和え 550kcal	16(水)	豚しゃぶ 大根と油揚げの煮物 小松菜のお浸し 698kcal
2(水)	マーボー茄子 春巻き 竹輪のケチャップ炒め 白菜のごま高菜和え 647kcal	17(木)	白身魚の唐揚げ エビチリ 糸切昆布と油揚げの煮物 塩ゆで枝豆 633kcal
3(木)	豚ロース肉の生姜焼き 大根サラダ ピーマンのおかか炒め 672kcal	18(金)	照り焼きハンバーグ 椎茸とフキの煮物 ナムルもやし 729kcal
4(金)	塩サバ 野菜コロッケ 高野豆腐の煮物 小松菜のナムル 702kcal	19(土)	☆お楽しみメニュー☆
5(土)	☆お楽しみメニュー☆	20(日)	
6(日)		21(月)	アジフライ カレー マカロニのケチャップ炒め 大学芋 728kcal
7(月)	ミートスパ コロッケ 豆腐のサラダ キムチもやし 713kcal	22(火)	チキン南蛮 ブロッコリーと竹輪の炒め物 茄子の味噌煮 775kcal
8(火)	デミソースハンバーグ コーンソテー 若布の酢の物 735kcal	23(水)	ナポリタンスパ メンチカツ 炒り豆腐 ピーマンのおかか炒め 746kcal
9(水)	スジ煮フライ オムレツ チャプチェ カリフラワーの中華炒め 677kcal	24(木)	白身フライ オムレツ スイートチリソース 大根のカニあんかけ ザワークラウト 697kcal
10(木)	鶏の唐揚げ黒コショウ味 ひじき煮 さつま芋の甘煮 730kcal	25(金)	豚ロース肉の西京焼き 春雨サラダ ひじきの炒め物 712kcal
11(金)	タンンドリーチキン ツナの醤油和え 竹の子の煮物 745kcal	26(土)	☆お楽しみメニュー☆
12(土)	☆お楽しみメニュー☆	27(日)	
13(日)		28(月)	豚カツ ジャーマンポテト ビーフンの中華炒め 青梗菜のごま和え 796kcal
14(月)	ソース焼きそば コーンコロッケ オムレツ チリコンカン オクラのおかか炒め 762kcal	29(火)	鶏唐揚げの酢豚風 小松菜とコーンのソテー 若布のサラダ 788kcal
15(火)	白身魚の天ぷら かき揚げ 竹輪天 茄子の酢の物 チンゲン菜のソテー 690kcal	30(水)	海鮮塩焼きそば カレーコロッケ きんぴらごぼう チンゲン菜のソテー 677kcal

・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

