

# 令和 6 年度 9 月実施献立

☆今月のめあて… 規則正しい食事をしよう

9月2日(月)		9月3日(火)		9月4日(水)		9月5日(木)		9月6日(金)	
主食	ご飯	主食	ご飯	主食	ゆかりご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	玄米入りご飯
主菜	いわしのおかか煮	主菜	春巻き	主菜	ソースつくね	主菜	ハムカツ	主菜	トマトオムレツ
副菜	じゃがいものみそ汁 かおり和え	副菜	春雨スープ チンジャオロースー	副菜	豆腐のみそ汁 ひじきのごまサラダ	副菜	キャベツのカレースープ かぼちゃサラダ	副菜	ゆばのすまし汁 なすのひき肉炒め
その他		その他		その他		その他	二十世紀梨	その他	
9月9日(月)		9月10日(火)		9月11日(水)		9月12日(木)		9月13日(金)	
主食	ご飯	主食	ご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	豆腐ハンバーグ	主菜	ささみのレモンソース かけ	主菜	コーン しゅうまい	主菜	あごのらっきょうソース かけ	主菜	鶏肉の カレー焼き
副菜	コーン卵スープ 梅和え	副菜	もずくのすまし汁 おかか和え	副菜	きのこ豆腐のスープ ホイコーロー	副菜	とっとり野菜のミネストローネ 八頭のみしめじサラダ	副菜	なすのみそ汁 豚肉とごぼうの炒り煮
その他	一食ケチャップ	その他		その他		その他	梨ゼリー	その他	
9月16日(月)		9月17日(火)		9月18日(水)		9月19日(木)		9月20日(金)	
主食	0	主食	秋の実りご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	0	主菜	さといも コロッケ	主菜	さばの 三ヶ日みかん煮	主菜	境港サーモンの メンチカツ	主菜	鶏肉のフレーク チーズ焼き
副菜	0 0	副菜	お月見つくね汁 のり酢和え	副菜	おざく 駿河湾産桜えびの酢 の物	副菜	かぼちゃポタージュ れんこんサラダ	副菜	わかめのみそ汁 千草和え
その他		その他		その他	静岡お茶プリン	その他	(中)いちごジャム	その他	

9月23日(月)		9月24日(火)		9月25日(水)		9月26日(木)		9月27日(金)	
									
主食		主食	ご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦小型コッペパン	主食	ご飯
主菜		主菜	あじフライ	主菜	豚肉のしょうが炒め	主菜	竹輪の磯辺天ぷら	主菜	ポテトカップ グラタン
副菜		副菜	厚揚げのみそ汁 春雨の酢の物	副菜	じゃがいもとわかめのみそ汁 ツナサラダ	副菜	きつねうどん コーンサラダ	副菜	トマトとレタスのスープ ドライカレー
その他		その他		その他		その他	(小)いちごジャム	その他	
9月30日(月)									
									
主食	ご飯	主食		主食		主食		主食	
主菜	境港サーモンの塩焼き	主菜		主菜		主菜		主菜	
副菜	けんちん汁 らっきょう入りタルタル サラダ	副菜		副菜		副菜		副菜	
その他		その他		その他		その他		その他	