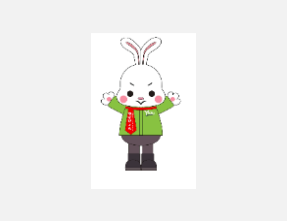


令和 7 年度 9 月実施献立

☆今月のめあて… 規則正しい食事をしよう

9月1日(月)		9月2日(火)		9月3日(水)		9月4日(木)		9月5日(金)	
									
主食	ご飯	主食	わかめご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	スタミナ焼肉	主菜	コーンコロッケ	主菜	チンジャオロースー	主菜	キャベツメンチカツ	主菜	いわしのおかか煮
副菜	豆腐のすまし汁 ごま酢和え	副菜	夏だいのんのみそ汁 きんぴらごぼう	副菜	春雨スープ フルーツ白玉	副菜	ミネストローネ コールスロー	副菜	もずくのすまし汁 ハムサラダ
その他		その他		その他		その他		その他	
9月8日(月)		9月9日(火)		9月10日(水)		9月11日(木)		9月12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	星空舞ご飯
主菜	玄米つくね	主菜	揚げ豆腐のあんかけ	主菜	フランクフルト	主菜	ハムカツ	主菜	砂丘らっきょうのピリ辛 梨そぼろ
副菜	わかめスープ なすのひき肉炒め	副菜	じゃがいものみそ汁 ひじきのごまネーズ	副菜	ポークカレー れんこんサラダ	副菜	コンソメスープ かぼちゃサラダ	副菜	大江たまごのかきたま汁 八頭のきのこサラダ
その他		その他		その他	二十世紀梨	その他		その他	
9月15日(月)		9月16日(火)		9月17日(水)		9月18日(木)		9月19日(金)	
									
主食		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		主菜	さばの竜田揚げ	主菜	ささみのごましょうゆ焼き	主菜	マヒマヒのペッパー焼き	主菜	豚肉のしょうが焼き
副菜		副菜	きのこのすまし汁 おひたし	副菜	厚揚げのみそ汁 のり和え	副菜	じゃがいものスープ 大豆のトマト煮	副菜	えのきとだいのんのみそ汁 きゅうりの甘酢和え
その他		その他		その他		その他		その他	一食のり

9月22日(月)		9月23日(火)		9月24日(水)		9月25日(木)		9月26日(金)	
				 日本全国イッテQ食 (山梨)					
主食	ご飯	主食		主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	秋鮭の塩焼き	主菜		主菜	甲州ワインビーフコロツケ	主菜	白身魚の香草焼き	主菜	厚焼き玉子
副菜	チンゲンサイのスープ ホイコーロー	副菜		副菜	高原スープ(レタスとトマトのスープ) コーンサラダ	副菜	パンプキンポタージュ きゅうりのサラダ	副菜	なすのみそ汁 じゃがいものそぼろ煮
その他		その他		その他		その他		その他	
9月29日(月)		9月30日(月)							
									
主食	ご飯	主食	ご飯	主食		主食		主食	
主菜	信田煮	主菜	鶏肉のパン粉焼き	主菜		主菜		主菜	
副菜	じゃがいもとわかめのみそ汁 切干大根のツナ和え	副菜	いわしのつみれ汁 千草和え	副菜		副菜		副菜	
その他		その他		その他		その他		その他	