

2021年9月

日付	完了	
	午前食	午後食
1 (水)	軟飯 みそ汁(玉ねぎ・麩) 肉じゃが(豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・じゃが芋・だし汁・砂糖・醤油) ブロッコリーのおかか和え(ブロッコリー・キャベツ・人参・かつお節・ごま・酢・砂糖・醤油)	牛乳 のりじゃこチップ(餃子の皮・しらす・マヨネーズ・青のり)
2 (木)	食パン スープ(しめじ・玉ねぎ) チキンビーンズ(鶏もも肉・水煮大豆・玉ねぎ・人参・ピーマン・トマト・砂糖・ケチャップ・コンソメ) さっぱりサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・油)	牛乳 わかめごはん(米・昆布だし・わかめ・かつお節・ごま油・醤油・ごま)
3 (金)	マーボー丼(米・豆腐・豚ひき肉・ねぎ・人参・生姜・ごま油・砂糖・味噌・醤油・片栗粉) 中華コンソープ(クリームコーン・卵・醤油・片栗粉) ごまナムル(もやし・小松菜・人参・ごま油・砂糖・醤油・酢・ごま)	牛乳 カップケーキ(ホットケーキ粉・卵・牛乳・油)
4 (土)	親子うどん(うどん・鶏もも肉・卵・玉ねぎ・人参・小松菜・かつお昆布だし・砂糖・醤油・片栗粉) かぼちゃの甘煮	牛乳 ツナマヨごはん(米・ツナ・マヨネーズ・醤油)
6 (月)	軟飯 みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) 豚肉のすき焼き煮(豚肉・豆腐・白菜・玉ねぎ・ねぎ・人参・えのきたけ・かつお昆布だし・醤油・砂糖) オクラとトマトのチーズツナ和え(オクラ・トマト・ツナ・チーズ・すりごま・醤油)	牛乳 ゼリー わかめせんべい
7 (火)	ロールパン スープ(しめじ・小松菜) カジキのバターてりやき(カジキ・小麦粉・無塩バター・醤油・砂糖) ポテトサラダ(じゃが芋・人参・きゅうり・玉ねぎ・マヨネーズ) オレンジ	牛乳 おかかごはん(米・昆布だし・かつお節・あおのり・醤油)
8 (水)	豚みそ丼(豚肉・生姜・玉ねぎ・えのきたけ・ピーマン・ごま油・味噌・砂糖・醤油) 卵スープ(卵) わかめサラダ(わかめ・きゅうり・大根・醤油・砂糖・酢・ごま油)	牛乳 コーンフレーク
9 (木)	軟飯 みそ汁(カブ) 鶏のからあげ(鶏もも肉・生姜・醤油・片栗粉・油) はるさめサラダ(春雨・きゅうり・人参・卵・砂糖・酢・醤油・ごま油・ごま)	牛乳 バナナヨーグルト(バナナ・無糖ヨーグルト・グラニュー糖) クラッカー
10 (金)	焼きうどん(うどん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・かつお昆布だし・醤油・ごま油) スープ(玉ねぎ・しめじ) 大豆サラダ(大豆水煮・きゅうり・人参・大根・コーン・マヨネーズ・醤油)	牛乳 ジャムサンド(食パン・いちごジャム)
11 (土)	二色丼(米・鶏ひき肉・かつお昆布だし・砂糖・醤油・味噌・卵・砂糖) みそ汁(玉ねぎ・かぼちゃ) ブロッコリーのごまマヨ和え(ブロッコリー・キャベツ・人参・黒ごま・マヨネーズ)	牛乳 ラスク(食パン・グラニュー糖・無塩バター)
13 (月)	軟飯 すまし汁(麩) 豚肉のトマトみそ煮(豚肉・玉ねぎ・人参・なす・トマト・味噌・醤油・砂糖) 鉄骨サラダ(ひじき・人参・しらす・コーン・酢・ごま油・醤油・マヨネーズ)	牛乳 マカロニきなこ(マカロニ・きな粉・砂糖)
14 (火)	鶏けんちんうどん(うどん・鶏もも肉・豆腐・大根・ねぎ・人参・小松菜・かつお昆布だし・醤油・砂糖) 卵サラダ(卵・ブロッコリー・きゅうり・玉ねぎ・マヨネーズ) バナナ	牛乳 おかかチーズごはん(米・昆布だし・かつお節・チーズ・醤油)
15 (水)	ピラフ(米・玉ねぎ・人参・ピーマン・無塩バター・コンソメ) ジュリアンスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) ハンバーグ(豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・牛乳・パン粉・ケチャップ) フライドポテト(じゃが芋・油・あおのり) 梨	牛乳 バナナケーキ(バナナ・ホットケーキ粉・卵・無塩バター・生クリーム)
16 (木)	食パン スープ(人参・チンゲン菜) てりやきチキン(鶏もも) かぼちゃサラダ(かぼちゃ・きゅうり・人参・チーズ)	牛乳 中華ビーフン(ビーフン・豚肉・玉ねぎ・人参・ニラ・ごま油・醤油)
17 (金)	軟飯 みそ汁(さつまいも・玉ねぎ) 鮭の塩焼き 納豆のり和え(ひきわり納豆・チンゲン菜・人参・のり・ごま油・醤油)	牛乳 ジャムヨーグルト(無糖ヨーグルト・いちごジャム) クラッカー
18 (土)	肉みそうどん(うどん・豚肉・ねぎ・人参・大根・小松菜・かつお昆布だし・醤油) ベイクドポテト(じゃが芋・玉ねぎ・コーン・無塩バター・コンソメ)	牛乳 チャーハン(米・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・醤油)
21 (火)	そばろうどん(うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・昆布だし・味噌・醤油・片栗粉) スープ(小松菜・玉ねぎ) ツナコーンサラダ(キャベツ・ブロッコリー・きゅうり・ツナ・コーン・マヨネーズ)	牛乳 きなこおはぎ(米・きな粉・砂糖) 黒ごまおはぎ(米・黒ごま・砂糖)
22 (水)	他人丼(豚肉・玉ねぎ・人参・卵・かつお昆布だし・砂糖・醤油) みそ汁(豆腐・なす) トマトのじゃこサラダ(トマト・オクラ・キャベツ・しらす・ごま油・醤油・砂糖・酢・昆布)	牛乳 スイートポテト(さつまいも・砂糖・無塩バター・牛乳)
24 (金)	軟飯 はるさめスープ(春雨・わかめ・ねぎ・人参) 肉みそ野菜炒め(豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・なす・もやし・しめじ・味噌・醤油・砂糖・片栗粉) 粉ふき芋(じゃが芋・あおのり)	牛乳 ミルク蒸しパン(小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・牛乳)
25 (土)	やきとり丼(米・鶏もも肉・ねぎ・ごま油・砂糖・醤油・無塩バター) みそ汁(大根) ごまマヨサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・マヨネーズ・すりごま)	牛乳 アンパンマンビスケット
27 (月)	ピピン丼(米・豚ひき肉・ごま油・砂糖・醤油・味噌・小松菜・人参・もやし) みそ汁(麩・玉ねぎ) 蒸しさつまいも	牛乳 チーズまんじゅう(無塩バター・砂糖・卵・小麦粉・ベーキングパウダー・チーズ)
28 (火)	コッペパン スープ(しめじ・人参) 鮭のパン粉焼き(鮭・小麦粉・パン粉・油) ブロッコリーの玉ねぎサラダ(ブロッコリー・トマト・キャベツ・玉ねぎ・油・醤油)	牛乳 チキンピラフ(米・鶏もも肉・玉ねぎ・人参・無塩バター・コンソメ)
29 (水)	野菜そばろ丼(米・生姜・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・なす・ピーマン・無塩バター・味噌・砂糖) スープ(コーン・玉ねぎ・チンゲン菜) キャベツのおかか和え(キャベツ・人参・かつお節・醤油) オレンジ	牛乳 マンナビスケット
30 (木)	軟飯 スープ(ねぎ・えのきたけ) 鶏のてりやき 三色ナムル(小松菜・人参・もやし・ごま油・醤油・砂糖・ごま)	牛乳 マドレーヌ(小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・無塩バター)