



1日(月)日本の郷土料理(新潟県)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)お月見献立
タレカツ丼 みそ汁 三色胡麻和え キウイフルーツ	★にゅうめん 竹輪とわかめの味噌マヨネーズ和え しっとりどら焼き 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	パン ヴィシソワーズ カレイのハニーマスタード焼き 大根サラダ オレンジ	ごはん みそ汁 肉じゃが キャベツと胡瓜のゆかり和え 梨	栗ごはん かきたま汁 赤魚のかぶら蒸し ほうれん草の菊花和え 栗カステラ馒头
622/23.4/4.2	671/26.2/3.0	600/30.8/12.4	609/28.0/3.6	631/29.6/3.6
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
ごはん たっぷり葱生姜スープ 揚げ鱈のピリ辛トマトソース炒め チンゲン菜とハムの中巻和え マンゴーダイスカット	サラダうどん 揚げ茄子おろしかけ 杏仁豆腐 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	ホットドッグ 野菜スープ もやしのカレーサラダ ピーチヨーグルト	★夏野菜のチキンカレー コールスローサラダ キウイフルーツ	天津飯 わかめスープ 春雨サラダ 梨
594/24.0/3.3	605/20.0/8.8	703/23.5/4.0	618/24.5/3.3	597/21.9/3.3
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
敬老の日	味噌バターコーンラーメン ぎょうざ 餃子 みかんゼリー 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	ごはん みそ汁 ぶりの照り焼き 切り干し大根の煮物 抹茶バウムクーヘン	パン 野菜スープ 海老グラタン 巨峰	ごはん みそ汁 ★鶏肉の唐揚げ ごま味噌和え キウイフルーツ
639/27.4/10.6	644/28.9/3.1	688/32.1/3.6	662/35.3/4.0	
22日(月)	23日(火)	24日(水)世界の郷土料理(タイ)	25日(木)初秋の和食御膳	26日(金)
カルボナーラ風 三色野菜サラダ マドレーヌ 紅茶	秋分の日	★ガパオライス風 ワンタンスープ チヂミ カクテルゼリー	きのこごはん 清汁 秋鮭の西京焼き 茶わん蒸し さつま芋おはぎ	★ハムチーズサンドイッチ 野菜スープ ごぼうと枝豆のマヨサラダ 巨峰
640/24.2/2.9		697/28.4/3.3	598/36.4/3.7	668/23.5/3.9
29日(月)	30日(火)	今年のお月見は、10月6日 なのですが、9月5日に変更 させていただきます。 ご了承下さい。		
ごはん みそ汁 アジフライ&ミートコロッケ がんもの含め煮 バナナ	★カルビ風丼 ★スーミータン ミックス野菜のナムル マンゴープリン	発注の都合により、献立内容が変更になる 場合があります。麺の日は、塩分が 高くなっていますが、汁を全て残せば 塩分量は約半分以下になります。		
682/23.5/3.9	602/35.7/3.7	カロリー/たんぱく質/塩分		

★ ←この星印は、利用者の方のリクエストメニューの事です。