



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 622/23.4/4.2 8日(月)	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 754/27.4/3.8 9日(火)	にゅうめん 竹輪とわかめの味噌マヨネーズ和え しっとり蒸しケーキ 麺の汁を全て飲んだ時の値です。 600/30.8/12.4 10日(水)	ごはん みそ汁 肉じゃが キャベツと胡瓜のゆかり和え 梨 628/28.4/3.8 11日(木)	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 お月見やわらか大福 616/29.1/3.6 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華和え マンゴーダイスカット 594/24.0/3.3 15日(月)	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 703/23.5/4.0 16日(火)	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。 605/20.0/8.8 17日(水)	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 652/25.1/3.3 18日(木)	天津飯 わかめスープ 春雨サラダ 梨 631/22.5/3.3 19日(金)
敬老の日 味噌バターコーンラーメン 餃子 みかんゼリー 麺の汁を全て飲んだ時の値です。 702/29.2/10.3 22日(月)	味噌バターコーンラーメン 餃子 みかんゼリー 麺の汁を全て飲んだ時の値です。 702/29.2/10.3 23日(火)	ごはん みそ汁 ぶりの照り焼き 切り干し大根の煮物 抹茶どら焼き 712/30.6/3.2 24日(水)世界の郷土料理(タイ)	パン 野菜スープ 海老グラタン 巨峰 688/32.1/3.6 25日(木)初秋の和食御膳	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 662/35.3/4.0 26日(金)
カルボナーラ風 三色野菜サラダ マドレーヌ 紅茶 704/22.9/2.7 29日(月)	秋分の日 704/22.9/2.7 29日(月)	ガパオライス風 ワンタンスープ チヂミ カクテルゼリー 662/27.8/3.3 30日(火)	きのごはん 清汁 秋鮭の西京焼き 茶わん蒸し もみじ饅頭 632/36.1/3.7 30日(火)	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 668/23.5/3.9 30日(火)
ごはん みそ汁 アジフライ&ミートコロケ がんもの含め煮 バナナ 705/24.0/4.0	パン 鶏肉と野菜のスープ煮 切干大根のフレンチサラダ ベルギーワッフル 602/35.7/3.7	今年の十五夜は、10月6日 なのですが、9月5日に変更 させて頂いています。 ご了承下さい。 カロリー/たんぱく質/塩分	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。	

★ ←この星印は、利用者の方のリクエストメニューの事です。