

9月 日替わり弁当 献立

月	火	水	木	金
		1	2	3
				
		イカフライ&柱フライ 煮物/スパゲッティサラダ アスパラソテー/たこ焼き	グリルチキン クリームシチュー/オムレツ 豆アジの南蛮漬け/インゲンソテー	鯖の味噌煮 野菜かき揚げ/チンジャオロース 大根サラダ/黒豆
6	7	8	9	10
				
ジャンボエビフライ&鶏の唐揚げ ナポリタン/サンマの甘露煮 エンドウソテー/南瓜のクリームソース	ホキの甘酢あん 海鮮シュウマイ/人参のしりしり炒め 筑前煮/さつま揚げのオーブン焼き	スタミナ焼き 大根のカニ風味あんかけ/アジの天ぷら 海藻サラダ/じゃが芋のオーロラソース	メンチカツ ハヤシ野菜/サーモンソーセージステーキ マカロニサラダ/ピーマンとツナのソテー	鱈の塩焼き&甘辛肉団子 ソース焼きそば/枝豆がんも煮 筍金平/若布と竹輪のぬた
13	14	15	16	17
				
エビかつ&桜焼売 鯖の照り焼き/春雨の梅えのき和え 炊き合せ/チンゲン菜の中華炒め	油淋鶏 麻婆豆腐/牛肉とじゃが芋の炒め物 信田巻き/茎わかめナムル	阿波尾鶏と四国産メンチカツ 讃岐うどん/かつお風味煮 讃岐餃子/コンニャクのゆず田楽	豚肉の胡麻味噌和え 肉じゃが/白身魚フライ チリビーンズ/クワイとイカのカキ油炒め	辛子マヨネーズ入りハンバーグ フラワーオムレツ/イカ磯辺フライ キャベツのカレーソテー/きのこマリネ
20	21	22	23	24
敬老の日			秋分の日	
	とんかつ 4種豆のクリームシチュー/なすの南蛮漬け お魚さつま/ポテトサラダ	エビチリ&チキンピカタ 中華うま煮/三色ナムル 春巻き/ぜんまいとツキコンの炒り煮		ミートオムレツ&レンコンはさみ揚げ キャベツサラダ/筍のチリソース炒め 菜の花の辛子和え/竹輪の蒲焼き
27	28	29	30	
				
銀鮭の塩焼き&肉焼売 竹輪の天ぷら/蓮根の黒ゴマサラダ がんも煮/青菜ソテー	ハンバーグデミグラスソース チキンマリネ/イトヨリの天ぷら キャベツソテー/ハッシュドポテト	エビフライ&カニクリームコロッケ ペンネのカレー炒め/筍と厚揚げの味噌炒め ブロッコリーサラダ/三色炒り玉子	キーマカレークノーデル&フランクソテー なすのミートソース/ごぼうサラダ 茎わかめの金平/彩り角揚げ	