



日	月	火	水	木	金	土
			9月1日	9月2日	9月3日	9月4日
<p>・9月のお休みは5、12、19、20、23、26日です。 ・メニューは変更になる場合があります。 ・カロリーは目安です。</p>			ビーフカレー スープ (キャベツ、人参) 野菜サラダ 漬物 (福神漬け・うづら) ヨーグルト 750 kcal	ごはん 味噌汁 (大根、大根葉) 豚肉の生姜焼き 牛蒡とさつま揚げの炒め煮 ジョア 670 kcal	きのご飯 漬汁 (はんぺん、わか) さわらの西京焼き 京がんもの煮物 春雨サラダ 600 kcal	ごはん たまごスープ マーボーナス 肉詰め椎茸と蓮根はさみ揚げ 胡麻和え (ほうれんそう) 650 kcal
9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日
	オムライス コンソメスープ コロッケ かぼちゃサラダ 640 kcal	ごはん 味噌汁 (えのき、じゃが芋) 家常豆腐 彩りしゅうまい 漬物 (さゆうり漬け) 740 kcal	ごはん 味噌汁 鶏肉のピカタマトソース 大根金平 牛乳 700 kcal	レーズンバターロール バン (バターロール) ジャム (いちご) コーンポタージュ オムレツミートソースかけ 紅甘のコンソメ煮 610 kcal	菜飯 漬汁 (はんぺん、かいわれ) 鯛の生姜焼き 里芋と鶏肉の炒め煮 胡瓜の塩ダレ和え 690 kcal	焼そば わかめスープ 餃子 ゆかりごはん 果物 (マンゴー) 680 kcal
9月12日	9月13日	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日
	ごはん 味噌汁 (鮎、白菜) 豚肉のにんにく焼き 刻み昆布の炒り煮 とろろいも 635 kcal	ごはん 中華スープ (小松菜、赤ピーマン) 肉団子の甘酢あん もやしのナムル 果物 610 kcal	五色丼 味噌汁 (油揚げ、たまねぎ) 冷やっこ 果物 (フルーツカクテル) 670 kcal	ごはん 味噌汁 (えのき、納豆) タンドリーチキン スパゲッティ アスパラのドレッシング和え 640 kcal	ごはん 味噌汁 (豆腐、わかめ) 鯛のムニエル 冬瓜の炊き合わせ オクラのなめたけ和え 610 kcal	ごはん スープ (ほうれん草、コン) 煮込みハンバーグ キャベツのソテー 里芋サラダ 680 kcal
9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日
		牛丼 味噌汁 (豆腐わかめ) かぼちゃの煮物 十五夜デザート 720 kcal	かき揚げそば 酢の物 (わか、わか) スイートポテト ジョア 620 kcal		さつま芋ご飯 漬汁 ぶりのもろみつけ焼き ひじきと大豆の煮付け 果物 (梨) 640 kcal	ごはん 味噌汁 チキンピザ風 里芋の煮ころがし コールスローサラダ 670 kcal
9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日		
	ごはん 味噌汁 (大根、葉大根) とんかつ ジャーマンポテト ナスのボン酢卸 660 kcal	ごはん 漬汁 (ねぎ、とろろ昆布) 酢豚 納豆のナムル 牛乳 670 kcal	ごはん 豚汁 赤魚の照り煮 豆腐チャンプル ヨーグルト 590 kcal	ごはん 漬汁 (はんぺん、絹さや) 豚肉の胡麻風味焼き 焼きビーフン 白菜の甘酢漬け 650 kcal		