

# みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	9月8日(日)	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)
<b>朝食</b>	ご飯 みそ汁  卵の花の炒り煮 白花豆 梅干し	ご飯 みそ汁  さつま揚げの煮物 もずく たらこ	ご飯 みそ汁  炒り卵 ほうれん草のお浸し 海苔佃煮	ご飯 みそ汁  さんまのみぞれ煮 もやしの梅肉和え たいみそ	ご飯 みそ汁  昆布の炒り煮 厚焼玉子 漬け物	ご飯 みそ汁  レバーの甘辛煮 キャベツの梅おかか和え いりこみそ	ご飯 みそ汁  べっこう煮 納豆 漬け物
<b>昼食</b>	ご飯 すまし汁  太刀魚のおろしポン酢かけ 茄子みそ炒め オレンジ	ご飯 みそ汁  鶏肉の照り焼き きざみ昆布の煮物 パイナップル	ご飯 ホワイトシチュー  チキンナゲット ジョア	ご飯 みそ汁  ほっけの塩焼き 里芋の煮物 小松菜のくるみ和え	ご飯 中華スープ  回鍋肉 春雨と挽肉の炒め煮 もやしのナムル	ご飯 みそ汁  チキンチーズ揚げ 根菜煮 胡瓜とわかめの酢の物	ご飯 すまし汁  鮭のちゃんちゃん焼き じゃが芋のそぼろ煮 小松菜と揚げの和え物
<b>おやつ</b>	ヨーグルト	アイスクリーム	かつぱえびせん	栗カステラまんじゅう	チーズババロアシュー	和菓子	ヨーグルト
<b>夕食</b>	ご飯 コンソメスープ  スパニッシュオムレツ スパゲティサラダ 生クリーム和え	ご飯 中華スープ  かじきの酢豚 春雨中華サラダ バンバンジー	ご飯 みそ汁  さわらの粕漬焼き 豚肉と舞茸の煮物 胡瓜としらすの酢の物	ご飯 コンソメスープ  ピーマンの肉詰め ジャーマンポテト オレンジ	ご飯 みそ汁  アジの生姜漬焼き かぼちゃとひじきの炒め煮 青梗菜とハムの和え物	梅とひじきのご飯 みそ汁  さばの塩焼き 炒り豆腐 ほうれん草のごま和え	ご飯 中華スープ  かに玉 ビーフソテー ナムル

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。