

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	9月31日(日)	9月1日(月)	9月2日(火)	9月3日(水)	9月4日(木)	9月5日(金)	9月6日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 高野豆腐の煮物 もやしの胡麻浸し たらこ	ご飯 みそ汁 昆布の炒り煮 厚焼き玉子 漬け物	ご飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 もやしと竹輪の和え物 梅干し	ご飯 みそ汁 切り干し大根の煮物 小松菜の胡麻和え たいみそ	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 胡瓜のゆかり和え たらこ	ご飯 みそ汁 にしんの甘露煮 茄子のおひたし 海苔佃煮
昼食	ご飯 すまし汁 鶏の塩麴焼き 卵豆腐きのこあんかけ バナナ	赤飯 みそ汁 サバの塩焼き 豚肉と舞茸の煮物 ほうれん草のおかか和え	けんちんそば コロッケ 胡瓜の梅肉和え	チキンカレー 春雨スープ 豆腐サラダ ジョア	ご飯 すまし汁 さわらの西京焼き がんもの煮物 青梗菜とハムの和え物	ご飯 みそ汁 たらの味噌バター焼き さつまいもの昆布煮 梨	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のレモン風味焼き 南瓜のサラダ レモネードゼリー
おやつ	ヨーグルト	原宿ドッグ	ベジたべる	薄皮まんじゅう	スイスロール	アイスクリーム	ヨーグルト
夕食	ご飯 みそ汁 さわらの黄金焼き 冬瓜の煮物 黒ごまプリン	ご飯 みそ汁 豚肉の朴葉みそ焼き ひじきの煮物 茄子のおひたし	ご飯 みそ汁 赤魚の青じそ焼き 牛肉のしぐれ煮 青梗菜としめじの和え物	ご飯 みそ汁 ほっけのみりん焼き 里芋のそぼろ煮 胡瓜ともずくの酢の物	ご飯 コンソメスープ スパニッシュオムレツ ペペロンチーノ風きのこスパゲティ バナナミルクプリン	ご飯 みそ汁 とんかつ じゃがいものそぼろ煮 抹茶ミルクゼリー	いなり寿司 みそ汁 里芋と豚肉の煮物 キャベツのおかか和え オレンジ

※ 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。