

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	9月21日（日）	9月22日（月）	9月23日（火）	9月24日（水）	9月25日（木）	9月26日（金）	9月27日（土）
朝食	ご飯 みそ汁 にしんの甘露煮 キャベツのめんつゆ和え しそひじき	ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜煮込み 厚焼玉子 梅干し	ご飯 みそ汁 ひじきの煮物 白花豆 漬け物	ご飯 みそ汁 キャベツの煮びたし 鶏そぼろ たいみそ	ご飯 みそ汁 炒り卵 ほうれん草のマクロフレック和え 漬け物	ご飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 納豆 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 小松菜のお浸し 漬け物
昼食	ご飯 みそ汁 牛肉の柳川煮 大根の青じそサラダ バナナ	ご飯 みそ汁 ほっけのみりん焼き じゃがいものそぼろ煮 旨塩キャベツ	三色丼 みそ汁 スパゲティサラダ オレンジ	ご飯 すまし汁 さわらの西京焼き 厚揚げのきのこあんかけ 黒ごまプリン	カレーうどん 竹輪の磯部揚げ 抹茶ミルクプリン	ご飯 みそ汁 スタミナ焼肉 大根のカニあんかけ キウイフルーツ	ご飯 みそ汁 太刀魚のおろしポン酢掛け 炒り鶏 もやしのゆかり和え
おやつ	ヨーグルト	カスタードケーキ	おはぎ	プチクッキー	たこ焼き	やわらかいちごサブレ	ヨーグルト
夕食	ご飯 すまし汁 さわらの金山寺みそ焼き 鶏肉と野菜の炒め煮 小松菜のお浸し	そば めんつゆ 天ぷらの盛り合わせ 筑前煮 黒蜜寒天	ご飯 コンソメスープ キッシュ風オムレツ コールスローサラダ バナナミルクプリン	ご飯 みそ汁 豚肉の二色巻き 冬瓜とえびの煮物 小松菜の辛子和え	ご飯 みそ汁 白身魚の味噌マヨネーズ焼き 金平ごぼう もやしの梅肉和え	ゆかりご飯 みそ汁 さばの塩焼き がんもの煮物 青梗菜のきのこ和え	いなり寿司 みそ汁 豚肉と舞茸の煮物 胡瓜の塩昆布和え フルーチェ

※ 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。