

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	9月20日（日）	9月21日（月）	9月22日（火）	9月23日（水）	9月24日（木）	9月25日（金）	9月26日（土）
朝食	ご飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 納豆 しそひじき	ご飯 みそ汁 いわしのおかか煮 もずく たいみそ	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 たらこ	ご飯 みそ汁 炒り卵 ほうれん草のマクロフレク和え 金山寺味噌	ご飯 みそ汁 べっこう煮 厚焼玉子 漬け物	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 胡瓜の塩昆布和え 海苔佃煮
昼食	ご飯 みそ汁 牛肉の柳川風煮 大根の青じそサラダ バナナ	敬老の日弁当	ご飯 みそ汁 ほっけのみりん焼き 肉じゃが 青梗菜の梅おかか和え	ご飯 みそ汁 アジフライ マカロニサラダ アセロラゼリー	カレーうどん 竹輪の天ぷら 小松菜のお浸し	ご飯 みそ汁 鶏肉のねぎ塩焼き 大根のカニあんかけ バナナミルクプリン	ご飯 ホワイトシチュー チキンナゲット キウイフルーツ
おやつ	ヨーグルト	紅白まんじゅう	ぽたぽた焼きせんべい	おはぎ	エンドウ豆スナック	月見団子	ヨーグルト
夕食	ご飯 すまし汁 さわらの梅蒸し じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草のごま和え	卵粥 みそ汁 豚肉の沢煮 小松菜の辛子和え	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 オレンジ	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 高野豆腐の煮物 胡瓜の塩昆布和え	ご飯 みそ汁 タラの粕漬け焼き 筑前煮 もやしとハムの和え物	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のごま和え	ご飯 みそ汁 和風オムレツ 里芋の煮物 黒蜜寒天

※ 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。