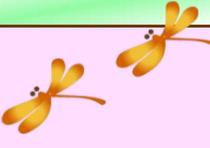


# 9月献立予定表

							9/1(土)
昼							ご飯・味噌汁 ブリの照り焼き いんげんとオクラの青じそドレッシング和え ひじき炒り煮
夕							ご飯・味噌汁 マーボーなす キャベツとカニかまのサラダ 鶏五目豆

	9/2(日)	9/3(月)	9/4(火)	9/5(水)	9/6(木)	9/7(金)	9/8(土)
昼	ご飯・味噌汁 かにたま 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 サバ味噌煮 五目和え 果物(オレンジ)	ご飯・スープ(ポテト) タンドリーチキン チャンプルー風炒め ところてん	ご飯・すまし汁 鮭のレモン蒸し 切干大根煮 卵の花	ご飯・味噌汁 煮込みハンバーグ ナムル 果物	ご飯・味噌汁 エビフライ 青昆布煮 旬彩焼き	ご飯・味噌汁 里芋と鶏の煮ころがし チンゲン菜のごま酢和え 炒り卵
夕	ご飯・すまし汁 さんまの甘辛煮 もやしとオクラの梅和え 里芋そぼろ煮	ご飯・味噌汁 とんかつ 根菜のコンソメ煮 ごまきゅうり	ご飯・味噌汁 アジの生姜煮 金平ごぼう ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 鶏と大根の煮物 お浸し 南瓜サラダ	ご飯・味噌汁 赤魚の煮付け 春雨サラダ 花五目巻き	ご飯・すまし汁 豚肉となすの炒め物 キャベツの生姜浸し 樹氷なめこ	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き なすのトマト煮 厚揚げのおろし煮

	9/9(日)	9/10(月)	9/11(火)	9/12(水)	9/13(木)	9/14(金)	9/15(土)
昼	ご飯・味噌汁 かれのいのネギ味噌焼き 青菜のエビ炒め ごぼうサラダ	ご飯・スープ オムレツ ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 イカ野菜カツ 根菜のたらこ煮 わかめの和えもの	ご飯・味噌汁 かれのいの照り焼き 南瓜の含め煮 くるみ和え	ご飯・味噌汁 肉団子 ハンサンシー さつまいも煮	ご飯・すまし汁 鮭の味噌マヨネーズ焼き 根菜の煮物 卵寒天	ご飯・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ じゃがいもの煮物
夕	ご飯・味噌汁 ハムチーズカツ ほうれん草と卵の炒め和え じゃがいもとさつま揚げの煮物	ご飯・味噌汁 ふんわり天 ひじきの炒り煮 南瓜のそぼろ煮	ご飯・味噌汁 焼き魚(ホキ) ぜんまいの煮物 ふわふわ卵	ご飯・味噌汁 ロールキャベツ マカロニサラダ ほうれん草のしらす和え	ご飯・味噌汁 さんまの揚げ煮 キャベツのピーナツ和え ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 カニ玉 れんこんと豚肉の炒め煮 白菜と人参のごま和え	ご飯・味噌汁 かれのいの塩焼き 筑前煮 ぜんまいの和え物

	9/16(日)	9/17(月)	9/18(火)	9/19(水)	9/20(木)	9/21(金)	9/22(土)
昼	ご飯・味噌汁 豚肉の高菜炒め 巾着の煮物 果物(なし)	ご飯・味噌汁 しゅうまい もやしとピーマンの卵炒め こづけ	ご飯・かき玉汁 マーボー豆腐 青菜の辛子和え 杏仁フルーツ	ご飯・味噌汁 サバの柚子塩焼き 小松菜と油揚げの煮浸し 茶碗蒸し	ご飯・味噌汁 鶏肉の中華炒め 塩昆布和え 牛乳寒天	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き ほうれん草のごま和え 里芋のそぼろ煮	ご飯・スープ チーズハンバーグ 根菜のコンソメ煮 フルーツヨーグルト
夕	ご飯・味噌汁 ほっけの漬け焼き 大根と豚肉のポトフ風 さつまいも煮	ご飯・スープ サワラのかば焼き風 煮浸し 春雨の酢の物	ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりだれ 卵炒め 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草とツナのサラダ すき昆布煮	ご飯・味噌汁 タラの煮付け ジャーマンポテト オクラなめたけ	ご飯・すまし汁 親子煮 青菜のお浸し 金時豆	ご飯・味噌汁 鮭のネギ味噌焼き 青菜の煮浸し ポテトサラダ

	9/23(日)	9/24(月)	9/25(火)	9/26(水)	9/27(木)	9/28(金)	9/29(土)
昼	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬け焼き 切干大根煮 白和え	ご飯・味噌汁 さんまの塩焼き なすの枝豆あん 卵寒天	ご飯・すまし汁 鶏つくね ひじきの炒り煮 ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 ブルコギ風 ツナ和え 果物(梨)	ご飯・味噌汁 サバの味噌煮 南瓜と三色いなの煮物 なすのお浸し	ご飯・味噌汁 豚肉とチンゲン菜の卵炒め 白和え風サラダ なます	ご飯・スープ カレー 大根サラダ 小倉牛乳寒天
夕	ご飯・味噌汁 鶏肉幽庵焼き マセドアンサラダ 金平ごぼう	ご飯・味噌汁 ホイコーロー シーザーサラダ スパニッシュオムレツ	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き チンゲン菜とかのこイカ炒め かぼちゃ含め煮	ご飯・スープ コロッケ 肉詰めいなりの煮物 ブロッコリーのマヨカレーサラダ	ご飯・味噌汁 肉団子酢豚風 菜の花の辛子和え 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 さんまの甘辛煮 けんちん炒め いんげんのくるみ和え	ご飯・味噌汁 焼き鮭 キャベツとちくわの胡麻和え じゃがいもの煮物

	9/30(日)
昼	ご飯・味噌汁 豚肉ともやしの塩ピーマン炒め がんもと人参の煮物 青菜の磯和え
夕	ご飯・味噌汁 アジの梅煮 マカロニサラダ 菜の花ときくらげのおろし和え



庄内まちづくり協同組合 虹  
配食センター味彩  
TEL 24-0010  
FAX 33-8800

※献立は、食材の納入状況や季節食材の使用により変更になる場合があります。