



9月 こんだてひょう



月	火	水	木	金
<p>2</p>  <p>ごもくチャーハン ワンタンスープ 野菜の華風和え</p>  	<p>3</p>  <p>ごはん 鮭のチャンチャン焼 チンゲン菜の ごま酢和え みそ汁</p>  	<p>4</p>  <p>スパイシーピラフ マカロニ入り トマトスープ マセドアンサラダ 角切りりんごゼリー</p>  	<p>5</p>  <p>あぶたまうどん 青のりポテトフライ 和風サラダ</p>   	<p>6</p>  <p>ごはん 菊花蒸し もやしのごま風味 吉野汁</p>  
<p>9</p>  <p>カレーライス 枝豆サラダ ぶどう</p>   	<p>10</p>  <p>中華風 炊き込みごはん チンゲン菜スープ 大学芋</p>  	<p>11</p>  <p>ミートソース スパゲッティ いもかぼサラダ 梨</p>   	<p>12</p>  <p>ごはん 家常豆腐 春雨サラダ</p>   	<p>13</p>  <p>黒豆ごはん ほっけの照り焼き もやしとわかめの 和え物 さつま汁</p>   
<p>16</p> <p>敬老の日</p> 	<p>17</p>  <p>ごはん 野菜のチゲ風煮 シャキシャキ和え 冷凍パイ</p>  	<p>18</p>  <p>お月見 大豆じゃこごはん のっぺい汁 月見団子</p>  	<p>19</p>  <p>さんまのかば焼き丼 ゆず風味お浸し みそ汁</p>   	<p>20</p>  <p>ガーリックトースト かぼちゃシチュー ツナ入り コーンサラダ</p>  
<p>23</p> <p>振替休日</p> 	<p>24</p>  <p>きんぴらごはん かきたま汁 カリカリ油揚げの お浸し 冷凍みかん</p>  	<p>25</p>  <p>ごはん 枝豆ハンバーグ ごま和え けんちん汁</p>  	<p>26</p>  <p>柏パン チキンの 洋風照り焼き コーンポタージュ フレンチサラダ</p>  	<p>27</p>  <p>ごはん 鯖の西京焼き 切干大根のサラダ 豚汁</p>   
<p>30</p>  <p>鶏と葱の 冷やしまぜソバ スパイシービーンズ フルーツナタデココ パンチ</p>  				