

# 令和2年 9月の献立



1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
米飯 鰯の照り焼き 切干大根のお浸し エビとブロッコリーのサラダ パイナップル缶 豚汁 牛乳	米飯 ハンバーグのトマトソースかけ スパゲッティ 野菜サラダ まるごとみかん缶 コンソメスープ 牛乳	米飯 春巻き 中華和え 八宝菜風 フルーツ杏仁 わかめスープ 牛乳	米飯 ホキのレモン焼き ごま和え 味付のり(小袋) ミントマト 吹寄煮 枝豆 味噌汁 牛乳

7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
米飯 竹輪の磯辺揚げ パプリカサラダ 筑前煮 ひじきのふりかけ 味噌汁 牛乳	米飯 野菜かき揚げ 野菜のじゃこ炒め 金平牛蒡 そうめん 牛乳	米飯 豚キムチ丼 ささみの中華サラダ 大学芋 中華スープ 牛乳	黒糖入りコッペパン 白身魚のピリ辛揚げ カットコーン ブロッコリー 野菜のトマト煮 イチゴジャム オニオンスープ 牛乳	米飯 マーボー茄子 ミルメークココア パンサンスー 揚げしゅうまい 卵スープ 牛乳

14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
米飯 鰯のゆうあん焼き 添え野菜 和風スパゲッティ 昆布の煮 味噌汁 はちみつレモンゼリー 牛乳	米飯 酢鶏 シーフードのチリソース ナムル 中華スープ 牛乳	米飯 コロッケ ソース(小袋) 野菜のゆず風味 平天とこんにゃくの炒め かぼちゃのだし煮 パイナップル缶 牛乳	米飯 焼肉風 ひじきの炒め煮 キューちゃん漬 味噌汁 牛乳	米飯 エビカツ 福神漬 茎わかめのサラダ キャンディチーズ カレーライス 牛乳

21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
敬老の日  	秋分の日  	 米飯 チンジャオロース ビーフン炒め 大豆の甘辛揚げ 野菜スープ 牛乳	 オリーブパン カレイの唐揚げ ラタトゥイユ風 イタリアンサラダ パジルポテト スープ 牛乳	 米飯 焼きそば ポークウインナー 大根のみそ煮 こんにゃくの炒め物 すまし汁 牛乳

28日(月)	29日(火)	30日(水)
米飯 さんまの塩焼き 大根おろし コロッケ 鶏肉と大豆の煮物 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁 牛乳	米飯 メンチカツ コーンソテー コールスローサラダ フルーツミックス ハヤシライス 牛乳	きのごはん ハモの天ぷら 抹茶塩(小袋) お浸し しぐれ煮 わらび餅(きなこ) 味噌汁 牛乳

ハモは尾崎漁協より  
仕入れました。



9月1日(火)は防災の日。  
保存性の高い乾物の切干大根を使ったお浸し  
や果物の缶詰ができました。

30日のハモは尾崎漁協より仕入れました。  
阪南市の  
「優しさ集まれ！コロナ対策応援基金」  
より提供いただきました。

