

# 令和4年 9月の献立



2日(金) 防災献立  
保存性の高い乾物のひじきを使ったひじき煮と避難所など炊き出しでよく提供される豚汁ができました。具材には大根やごぼうなど日持ちする野菜を使用しています。

9日(金) お月見献立 「みたらし団子」

12日(月)、27日(火) 汁物なし



2日(金)

米飯  
コロッケ  
すこやかふりかけのり(小袋)  
お浸し  
ひじき煮  
みつ豆  
豚汁  
牛乳

防災献立

5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)
米飯 ミートボールのトマトソースかけ イタリアンサラダ パイナップル缶 コンソメスープ 牛乳	米飯 春雨の中華炒め きゅうりのごま酢和え 揚げしゅうまい わかめスープ 牛乳	米飯 白身魚フライ ポパイソテー コールスローサラダ パレンシアオレンジ ハヤシライス 牛乳	米飯 揚げギョーザの酢醤油かけ ポイルキャベツ ナムル フルーツ杏仁 中華スープ 牛乳	米飯 鰯の照り焼き 青菜のお浸し じゃが芋のカレー煮 みたらし団子 味噌汁 牛乳

12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
米飯 白身魚の磯辺揚げ ポイルキャベツ ソース(小袋) 金平牛蒡 さつま芋のレモン煮 牛乳	米飯 豚肉のバーベキューソース炒め わかめサラダ オムレツ スープ 牛乳	米飯 鶏の唐揚げ さつま芋のだし煮 ツナサラダ フルーツミックス すまし汁 牛乳	野菜かき揚げ おにぎり 金平炒め 冷やしうどん 牛乳	コッパン ハンバーグ ケチャップ(小袋) スパゲティ ブロッコリー 野菜のレモン和え コーンソテー カレースープ 牛乳

19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)
敬老の日				秋分の日
	米飯 鯖の塩焼き 揚げギョーザ ゆかり和え ピーマン炒め 白玉団子のきな粉かけ 味噌汁 牛乳	米飯 鶏肉の中華あんかけ キャベツと人参の和え物 かぼちゃしゅうまい スープ 牛乳	オリーブパン トマト煮 ポークウインナー 焼きそば ピクルス コーンスープ 牛乳	

26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(水)	30日(金)
米飯 エビカツレツ タルタルソース(小袋) スパゲティ ハムサラダ フルーツ寒天 野菜スープ 牛乳	米飯 オムレツ コロッケ ミニトマト 切干大根煮 干草和え 牛乳	きのこごはん 豆腐ハンバーグの照り焼きソースかけ ブロッコリー ポテトサラダ りんご スープ 牛乳	米飯 チンジャオロース 大根のナムル 大学芋 卵スープ 牛乳	米飯 かぼちゃコロッケ 野菜ソテー 海藻サラダ 福神漬 チキンカレー 牛乳