

月	火	水	木	金	土	日
			9/1	9/2	9/3	9/4
			さわらの煮付け 鶏の治部煮 きんぴらごぼう キャベツの甘酢和え	冷やし中華 えび焼売 チンゲン菜の中華和え	豚肉の一味焼き さばの塩焼き 大豆煮 青菜のおかか和え	赤魚の煮付 味噌カツ がんもの煮付け 白菜の和え物
9/5	9/6	9/7	9/8	9/9	9/10	9/11
白身魚のマスタード焼き 豚肉の味噌焼き 南瓜の煮付 もずくの酢の物	中華飯 春巻き 春雨の酢の物	豚肉の生姜焼き 鯖みりん 里芋の煮付 青菜とちくわの和え物	ミルフィーユカツ(大葉) スパサラダ ブロッコリーごま和え	さわらの幽庵焼き 鶏肉のカレーソースかけ 青菜の煮浸し ポテトサラダ	月見うどん 磯部揚げ 温泉卵	チキンライス オムレツ ミニコロケ 野菜サラダ
9/12	9/13	9/14	9/15	9/16	9/17	9/18
かに玉 餃子 ナムル	アジフライ 鶏肉の味噌焼き さつま芋の煮付 青菜の辛子和え	豚すき丼 冬瓜の煮付 わかめと胡瓜の酢の物	煮込みハンバーグ カレイの煮付 きんぴらごぼう 春雨サラダ	きのごあんかけそば かきあげ おろし和え	赤魚の煮付 肉団子の甘酢あんかけ 南瓜の煮付 ブロッコリーサラダ	エビカツ あじの南蛮漬け 糸昆布の煮付 キャベツのゆかり和え
9/19	9/20	9/21	9/22	9/23	9/24	9/25
赤飯 ブリの照り焼き なます 茶碗蒸し	照焼きハンバーグ なすの煮付 かぼちゃサラダ	鮭のきのごあんかけ 鶏肉のきのごあんかけ 大豆煮 スパサラダ	肉きしめん だし巻き卵 青菜の五目和え	白身魚フライ チキン南蛮 南瓜の煮付 カリフラワーの酢の物	アジフライ 大根の煮付 オクラのおかか和え	中華の盛り合わせ タイピー麺 青菜のごま和え
9/26	9/27	9/28	9/29	9/30	   は選択メニューです☆ カレー等や丼物、麺類以外は、全ての食事に がついてきます(*^▽^*)	
カレーライス メンチカツ カニカマサラダ	豚肉の味噌焼き 白身魚の照り煮 里芋の煮付 白菜の辛子和え	塩ラーメン 青菜の卵炒め 大根のゆかり和え	あじの蒲焼 豚肉のつけ焼き 大根の煮付 もずくの酢の物	エビカツ 糸昆布とじゃが芋の煮付 白菜の和え物		