



# さとまち 9月食献立表

9月1日  
ソースカツ  
ブロッコリーの炒め物  
わかめと胡瓜の酢の物

月	火	水	木	金	土	日
9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日
白身魚のマスタード焼き 豚肉の生姜焼き ひじきの煮付け かぼちゃサラダ	鶏唐揚げの甘酢かけ 冬瓜の煮付け 小松菜サラダ	鯖みりん 里芋の煮付け いんげんとちくわの青じそ和え	肉きしめん 磯辺揚げ ほうれん草の五目和え	鶏肉のきのこあんかけ チンゲン菜の煮浸し ポテトサラダ	中華飯 野菜焼売 春雨サラダ	ナポリタン 目玉焼き キャベツサラダ
9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日
アジフライ ブロッコリーのコンソメ煮 大根サラダ	鶏肉の味噌焼き きんぴらごぼう ほうれん草の辛子和え	カレーライス イカリングフライ 野菜サラダ	鯖の竜田揚げ さつまいものレモン煮 わかめと胡瓜の酢の物	青椒肉絲 餃子 ナムル	赤魚の煮付け 鶏肉のてりやき 小松菜の煮浸し さつまいもサラダ	焼きそば 目玉焼き 大根サラダ
9月16日 (敬老の日)	9月17日	9月18日	9月19日 (洋食の日)	9月20日	9月21日	9月22日
天ぷら盛り合わせ 炊き合わせ そうめん汁	チキンカツ 白身魚フライ ちくわの煮付 カリフラワーの酢の物	五目ごはん あじの蒲焼 さつま芋の煮付 ほうれん草のサラダ	鮭のムニエル カニクリームコロッケ キャベツサラダ	鶏の唐揚げ 大根の煮付 オクラの酢の物	塩ラーメン えび焼売 チンゲン菜の中華和え	煮込みハンバーグ チンゲン菜の煮浸し スパサラダ
9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日
親子丼 ミニヒレカツ いんげんのサラダ	白身魚のマーガリン焼き きんぴらごぼう 小松菜の青じそ和え	豚肉の味噌焼き エビカツ ジャーマンポテト 白菜のサラダ	豚肉のつけ焼き 小松菜のスープ煮 かぼちゃサラダ	きつねうどん かきあげ ほうれん草の辛子和え	カレイの煮付 なすのそぼろ炒め わかめと胡瓜の酢の物	炊き込みご飯 さばの塩焼き さつま芋の煮付 キャベツサラダ

9月30日  
メンチカツ  
小松菜の煮浸し  
ポテトサラダ

の色はおかずを選択いただけます♪  
お粥や丼物、カレーライス、麺類などを除き、  
全てのお食事にごはんがついてきます！

