



9月		午後のおやつ	
1	火	麦ご飯・なすと豚肉のみそ炒め・中華風ポテトサラダ・中華スープ・フルーツ	ソーセージパイ・牛乳
2	水	ジャムパン・タンドリーチキン・シーフードサラダ・スープ・ゼリー	お好み焼き・麦茶
3	木	ご飯・煮魚・納豆和え・みそ汁・フルーツ	クラッシュゼリー・麦茶
4	金	ご飯・肉じゃが・キャベツとひじきのマヨサラダ・みそ汁・フルーツ	お菓子・牛乳
5	土	冷やしそうめん・南瓜の揚げ焼き・フルーツ	お菓子・牛乳
6	日		
7	月	ハヤシライス・フォーのサラダ・コンソメスープ・ヨーグルト	コロコロいちごラスク・牛乳
8	火	ご飯・鶏肉のサッパリ煮・しらす和え・みそ汁・フルーツ	みそ揚げポテト・牛乳
9	水	焼きそば・いとこ煮・わかめスープ・フルーツ	鮭おにぎり・麦茶
10	木	ご飯・鯖の味噌煮・チンゲン菜のコーン和え・すまし汁・フルーツ	ピザトースト・牛乳
11	金	わかめごはん・しらす入り卵焼き・ささみときゅうりのマヨポン和え・みそ汁・フルーツ	お菓子・牛乳
12	土	冷やしたぬきうどん・じゃがベーコン炒め・ヨーグルト	お菓子・牛乳
13	日		
14	月	ふりかけご飯・鱈のケチャップあんかけ・粉ふき芋・みそ汁・フルーツ	チーズサブシ・牛乳
15	火	ご飯・チーズつくね・たたききゅうり・炒め野菜のみそ汁・フルーツ	じゃがちゃん・牛乳
16	水	メロンパン・グラタン・温野菜・スープ・フルーツ	焼きおにぎり・麦茶
17	木	きのこの混ぜご飯・筑前煮・みそ汁・ヨーグルト	お菓子・牛乳
18	金	ご飯・鶏肉と大豆の揚げ煮・南瓜のクリームチーズ和え・すまし汁・フルーツ	お菓子・牛乳
19	土	なめこうどん・南瓜の甘煮・フルーツ	お菓子・牛乳
20	日		
21	月	敬老の日	
22	火	秋分の日	
23	水	クリームスパゲッティ・大根サラダ・スープ・ヨーグルト	煮豆の蒸しパン・牛乳
24	木	ご飯・さんまの塩焼き・菊のおひたし・みそ汁・フルーツ	煮りんご・牛乳
25	金	16穀ご飯・鶏肉のパン粉焼き・五色和え・みそ汁・フルーツ	お菓子・牛乳
26	土	カレーうどん・さつまいものオレンジ煮・フルーツ	お菓子・牛乳
27	日		
28	月	納豆ご飯・人参しりしり・どさんこ汁・フルーツ	ハムチーズのスコーン・牛乳
29	火	ご飯・ブリの照り焼き・野菜のごま和え・みそ汁・フルーツ	いもかんてん・麦茶
30	水	ロールパン・コロケ・キャベツのサラダ・スープ・ヨーグルト	のり巻き・麦茶

