

がつ

9月



おも ちゅうしょく
主なメニュー (昼食)



げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土	にち 日
		1 たちうお さんしょうやき 太刀魚の山椒焼 てづく ま たまご 手作りだし巻き玉子	2 にくやさいいた 肉野菜炒め 	3 た こ はん ひじきの炊き込みご飯 あ かき揚げそば 	4 とり にく 鶏むね肉のガーリック やき チーズ焼 	5 ぎょうぎ 餃子 
6 はん さつまいもご飯 かばやき さんまの蒲焼 	7 はっぼうさい 八宝菜 ごもく いた 五目ビーフン炒め 	8 チキンカツカレー 	9 しお 塩ラーメン (塩元帥監修) やきにくどん 焼肉丼 	10 おでん 	11 につ かれいの煮付け 	12 たらのムニエル 
13 ぶたにくしょうがやき 豚肉の生姜焼 	14 どん ビビンバ丼 チヂミ 	15 すし うなぎちらし寿司 ぎゅうにく に 牛肉のしぐれ煮 	たんじょうび 16 《誕生日メニュー》 ピラフ、ミートローフ くり 栗コロッケ 	17 なんばん チキン南蛮 	18 にくどうふ 肉豆腐 	19 ハヤシライス 
けいろうひ 20 《敬老の日メニュー》 せきはん 赤飯 てん 天ぷら 	じゅうごや 21 《十五夜メニュー》 べにざけ ま はん 紅鮭とわかめの混ぜご飯 つきみ 月見うどん 	22 まーぼーなす 麻婆茄子 はるま 春巻き 	23 やき さばのタンドリー焼 	せんたく 24 《選択メニュー》 ぶたにく かくに 豚肉の角煮 たつたあ さんまの竜田揚げ 	25 ぶたにく 豚肉じゃが 	26 につ めばるの煮付け 
27 クリームシチュー ナポリタン	28 《イベントメニュー》 まつたけ はん しおやき 松茸ご飯、さんまの塩焼 ちゃわんむ 茶碗蒸し 	29 サーモンフライ&ハムカツ 	30 ちくぜんに 筑前煮 あ だ どうふ 揚げ出し豆腐 			