



9月献立予定表(夕)



日	月	火	水	木	金	土
					1 ぶりの甘酢あんかけ さつま揚げと牛蒡のきんぴら	2 豆腐ハンバーグ おろしポン酢 チンゲン菜と筍の炒め物
3 あぶらかれいの照煮 治部煮風	4 牛肉と豆腐の卵とじ きんぴらごぼう	5 白身魚の白醤油焼き おみ漬け白和え	6 鶏つくねと大根の煮物 白菜と春雨の煮物	7 タラの中華風味噌だれ じゃが芋のそぼろあんかけ	8 厚揚げの煮物 大根と椎茸の煮物	9 いわしの生姜煮 さつまいもと昆布の煮物
10 豚肉と野菜の オイスター炒め あさりとほうれん草の玉子とじ	11 ぶりのみりん醤油焼き おくらと長芋の和え物	12 ハンバーグ トマトソース イカと大根の炒め煮	13 赤魚の照り煮 かぼちゃ真丈	14 チキンステーキ 照焼ソース はんぺんと野菜の田舎煮	15 アジと野菜の南蛮風 チンゲン菜と筍の炒め煮	16 牛肉と小松菜の炒め物 ハムと玉葱の玉子とじ
17 赤魚と豆腐の あごだし煮 豚肉とこんにゃく炒め	18 チキンカツ ポークビーンズ	19 白身魚のピカタ 青菜とピーマンのカラフル炒め	20 鶏肉のすき焼き風 人参とわかめの土佐煮	21 マスの塩焼き じゃが芋と椎茸の煮物	22 肉じゃが 枝豆シュウマイ	23 イタリアンオムレツ 温野菜
24 麻婆豆腐 竹の子シュウマイ	25 にしんの生姜煮 青菜と豆腐のとろみ煮	26 八宝菜 牛肉入り野菜の甘辛煮	27 シャケとマスの クリームソース じゃが芋のそぼろあんかけ	28 焼肉 さつまいもの煮しめ	29 タラのみぞれ煮 はんぺんと小松菜の煮浸し	30 とろーりたまご入り メンチカツ カリフラワーとブロッコリーの洋風蒸し

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます