



9月献立予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1 豆腐と魚のハンバーグ 生姜野菜あん 茄子とこんにゃくの煮浸し	2 メバルの中華風 しゅうまい	3 一口とんかつ キャベツのコンソメ煮	4 あぶらカレーの照り煮 ちくわの煮物	5 鶏の西京焼き いんげんと人参のソテー	6 いわしの黒酢煮 里芋と小松菜の炒め煮
7 水餃子の カニ風あんかけ 高野豆腐のがめ煮	8 にしんの山椒煮 豆の煮物	9 豚肉と茄子の味噌炒め 南瓜のいとこ煮	10 いわしの生姜煮 蓮根とこんにゃくのそぼろ煮	11 大根と鶏肉の旨煮 野菜のバジル炒め	12 銀ひらすの酒粕焼き 人参とわかめの土佐煮	13 麻婆豆腐 ビーフン炒め
14 さわらの幽庵焼き しゅうまい	15 八宝菜 チリ豆腐	16 白身魚のねぎあんかけ がんもどきの含め煮	17 牛肉と豆腐の卵とじ かぼちゃの含め煮	18 ブリの甘酢あんかけ 肉じゃが	19 鶏肉の カシューナッツ炒め さつま芋と昆布の煮物	20 ソウダガツオの 旨塩焼き チンゲン菜と豚肉の炒め
21 豚肉と野菜の オイスター炒め 麻婆春雨	22 さばの赤味噌煮 蒸し鶏と青梗菜の炒め	23 鶏肉とじゃが芋の トマト煮 ズッキーニとソーセージ炒め	24 にしんの生姜煮 治部煮風	25 春雨と豚肉の醤油炒め かぼちゃの真丈	26 あじの蒲焼き さつま芋の甘煮	27 豚肉と 3種の野菜塩炒め 鶏レバーの甘辛煮
28 タラの甘酢あん 炒り豆腐	29 鶏肉と茄子の さっぱり煮 高野豆腐の野菜あんかけ	30 さわらの漬け焼き キャベツと薄揚げの煮浸し				

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます