

🌍 2024年9月献立表 🌍

		昼 食	
日	曜	おかず	ごはん
1	日	*****	
2	月	魚の白身フライ・春雨サラダ・さぜん豆・卵焼き	白ご飯
3	火	唐揚げ・きゅうりとわかめの酢の物・ウィンナー・卵焼き	ゆかりご飯
4	水	焼きそば・コロッケ・れんこんサラダ・卵焼き	白ご飯
5	木	肉じゃが・チキンカツ・ひじきの煮物・卵焼き	白ご飯
6	金	エビフライ・マカロニサラダ・ちくわの磯辺揚げ	ホットドッグ
7	土	*****	
8	日	*****	
9	月	鮭の塩焼き・ミートボール・コロッケ・卵焼き	白ご飯
10	火	とんかつ・人参のきんぴら・さぜん豆・卵焼き	ふりかけご飯
11	水	豚の生姜焼き・かぼちゃの煮物・きゅうりとツナサラダ・卵焼き	白ご飯
12	木	サバの天ぷら・サツマイモスティック・マカロニサラダ・卵焼き	白ご飯
13	金	里芋の煮しめ・ピーマンとツナ和え・チキンナゲット・卵焼き	そぼろ丼
14	土	*****	
15	日	*****	
16	月	*****	
17	火	チキンカツ・スパゲティサラダ・大学芋・卵焼き	ふりかけご飯
18	水	とり天・魚の白身フライ・ポテトサラダ・卵焼き	白ご飯
19	木	ハンバーグ・里芋のそぼろあんかけ・人参のきんぴら・卵焼き	白ご飯
20	金	肉じゃが・もやしのナムル・ちくわの磯辺揚げ・卵焼き	ふりかけご飯
21	土	*****	
22	日	*****	
23	月	*****	
24	火	サバの天ぷら・れんこんのきんぴら・ひじきの煮物・卵焼き	白ご飯
25	水	とんかつ・ジャガイモのきんぴら・ミートボール・卵焼き	ふりかけご飯
26	木	エビの中華風炒め・かぼちゃの煮物・なすの磯辺揚げ・卵焼き	白ご飯
27	金	ハンバーグ・鶏の卵とじ・れんこんサラダ・卵焼き	高菜飯
28	土	*****	
29	日	*****	
30	月	唐揚げ・春雨サラダ・ウィンナー・卵焼き	白ご飯

※この他にもその日の食材に合わせて、毎日5種類程度のおかずが入っています。

※食材の都合で内容を変更することがあります。



はな家:096-337-0025