

2日	769	3日	753	4日	745	5日	741	6日	779	予約締切日	
あんかけ野菜丼 わかめのサラダ ポテトフライ 梨		和風ドライカレー 小松菜サラダ 豆腐のスープ ぶどう		ご飯 鮭の塩焼き じゃがいもサラダ 野菜たっぷりみそ汁 春雨炒め		ご飯 ハンバーグ コーンソテー きゃべつのスープ きゅうりサラダ		たまごチャーハン じゃこサラダ 中華スープ 揚げぎょうざ		7月12日 (金)	
9日	733	10日	750	11日	728	12日	738	13日	732		
ご飯 鯖のみそ煮 ごまサラダ けんちん汁 みかん		卵丼 ごまドレサラダ みそ汁 ぶどうゼリー		ご飯 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ じゃこ炒め 梨		ピザトースト キャベツのクリーム煮 千切り野菜のサラダ りんご		ご飯 魚の香り焼き 小松菜サラダ みそ汁 にら玉炒め		7月19日 (金)	
16日		17日	886	18日	812	19日	769	20日	757		
敬老の日		ご飯 鰯フライ ごま和え 豚肉と豆腐の煮物 月見汁		ご飯 麻婆豆腐 かぼちゃの煮物 春雨スープ フルーツヨーグルト		ご飯 鶏肉の照焼き さつまいもフライ 玉ねぎドレッシングサラダ みそ汁 ごぼうの炒め物		さつまいもごはん 魚の香り焼き きゅうりの漬物 筑前煮 かきたま汁		9月6日 (金)	
23日		24日	806	25日	756	26日		27日	763		
秋分の日 振替休日		えびピラフ オムレツ 蒸野菜サラダ ベジタブルスープ りんご		ご飯 さんまの蒲焼き ごま和え 生揚げの煮物 きのこ汁				五目ご飯 はたはた香り揚げ 卵焼き 玉ねぎドレッシングサラダ 豚汁 ぶどう		9月13日 (金)	
30日	845	 9月1日は、「防災の日」です。 災害は、いつ発生するかわかりません。電気・水道・ガスなどが使えなくなった 時を想定して、3日から1週間程の水や食料品を準備しましょう。 水は、1人1日3ℓを目安に備えましょう。									
ご飯 肉団子のきのこソースがけ パスタソテー かぼちゃのフライ 小松菜とじゃがいもスープ 明日葉ミルクゼリー										9月20日 (金)	

献立は変更になる場合があります。牛乳は毎日提供します。右上の数値はエネルギー量(kcal)です。