

これまでのこんだて

h28 9月



ポークカレー

牛乳

シーザーサラダ

梨



わかめご飯

牛乳

赤魚西京漬け

ふーチャンプルー

じゃがいもと
卵のスープ



ご飯 牛乳

肉炒め

ブロッコリーの
おかか和え

にら玉スープ

ヨーグルト



ご飯 牛乳

白身魚ムニエル
(野菜ソース)

枝豆とひじき
の炒め物

スープカレー



玄米ご飯 牛乳
 タンドリーチキン
 ごぼうとコーンの
 のサラダ
 大豆入り
 ミネストローネ



ご飯 牛乳
 鮭の漬け焼き
 切干大根の酢の物
 麻婆豆腐



ビビンバ丼 牛乳
中華スープ
梨



食パン 牛乳
いちごジャム
チーズオムレツ
ウィンナーの
オイスター炒め
根野菜スープ



ご飯 牛乳

さばごま風味焼き

湯葉入りお浸し

ほうとう汁



コーン茶飯

牛乳

あじフリッター

チンゲン菜のソテー

いものこ汁

お月見ゼリー



境町産ごしひかり

牛乳

鶏肉の
梨ソース焼き

きゃべつと
きのこのマリネ

レタスと
卵のスープ



ご飯 牛乳

鮭のしそ焼き

ひじきのごまドレ
サラダ

豆腐のうま煮



ご飯 牛乳

鶏のレモン
ソース焼き

ブロッコリーの
ごま和え

あさりと
チンゲン菜
のスープ



ご飯 牛乳

ローズポークと
蓮根の揚げ餃子

ポテトサラダ

豚汁



ご飯 牛乳
 鶏の照焼き
 のり酢和え
 あぶら麩
 の卵とじ



ご飯 牛乳
 豚の生姜焼き
 野菜のさっぱり
 和え
 ごまみそ汁



玄米ご飯 牛乳

チーズと
おろし人参
のオムレツ

竹輪入りお浸し

さつまの豆乳
みそ汁



カレーうどん

牛乳

レタスの炒め物

キウィ



ご飯 牛乳

さんまの蒲焼

柑橘味の
ごま和え

いも煮

梨