

# 9月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
				01 牛乳 麦ごはん ポークカレー ブロッコリーサラダ プリン
				
				<b>【夢中 希望献立】</b>
04 牛乳 カツオの眠れるバーガー バンズパン カツオフライ ゆで野菜 ポークビーンズ	05 牛乳 ごはん 豚肉と夏野菜のみそ炒め きゅうりのナムル 畑ヶ平大根のスープ	06 牛乳 ごはん 鮭の塩こうじ焼き カラフルピーマン 根菜汁	07 牛乳 麦ごはん マーボー大根 棒々鶏サラダ りんご	08 牛乳 ごはん ホキのピーナッツがらめ 畑ヶ平大根のピリ辛 トックスープ
				
<b>【睡眠の質 向上メニュー】</b>			<b>【カミカミメニュー】</b>	
11 牛乳 カレーうどん 豆腐のまさご揚げ フルーツヨーグルト	12 牛乳 ごはん なすのミートグラタン イタリアンサラダ コロコロ野菜スープ	13 牛乳 ごはん 五目玉子焼き しらたきの中華サラダ キムチスープ	14 牛乳 わかめごはん カレイのから揚げ 小松菜の梅和え なめこ汁 冷凍パイ	15 牛乳 ごはん 鶏肉のBBQソース焼き ひじきのマリネ じゃがいものポタージュ
				
		<b>【カミカミメニュー】</b>	<b>【温小 希望献立】</b>	
18 敬老の日	19 牛乳 ごはん 手作りコロッケ 湯葉のごま和え 豆腐とわかめのみそ汁	20 牛乳 ごはん トビウオのレモンペッパー焼き 野菜の五目和え 冬瓜のスープ煮	21 牛乳 ごはん 鶏肉とポテトの揚げがらめ 青菜とちくわの和え物 畑ヶ平大根のおろし汁	22 牛乳 夏野菜ハヤシライス (麦ごはん) 畑ヶ平大根のごまドレ 新温泉町産二十世紀梨
				
				<b>【カミカミメニュー】</b>
25 牛乳 きのこのクリームパスタ カレーメンチカツ 三尾産わかめのサラダ	26 牛乳 ごはん サバのみりん干し もやしとしそ和え 畑ヶ平大根のそぼろ煮	27 牛乳 ごはん 酢豚 チンゲン菜の和え物 もずくスープ	28 牛乳 名月めし ホキの黄金焼き きゅうりの酢の物 月見だんご汁	29 牛乳 ごはん 鶏肉のくるみみそ焼き ピーマンのごま昆布和え 沢煮椀
				
			<b>【お月見献立】</b>	