

しゅうかんよていこんだてひょう

週間予定献立表

きぼうがくえん
希望学園

	ちようしよく 朝食	ちゆうしよく 昼食	ゆうしよく 夕食
9/15 (月)	はくはん 白飯 いもねぎ 芋とネギのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 ひじきのようふう ひじきの洋風炒り煮 なっとう 納豆 (しそ) びるくる ピルクル 	すばげっていーみーと スパゲッティミート せろりすーぶ セロリのスープ はくさいさらだ 白菜サラダ 	はくはん 白飯 さつま芋とあげのみそ汁 めるるーさのむにえる メルルーサのムニエル ビーフンさらだ ビーフンサラダ じゃこきくらげすもの ジャコと木耳の酢の物 
9/16 (火)	はくはん 白飯 きゃべつわかめ キャベツと若布のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 わらびあぶらいた わらびの油炒め にまめ 煮豆 ばなな バナナ 	ソーセージピラフ ソーセージピラフ すりみ汁 ザーサイのもやしあえ ザーサイのもやし和え 	はくはん 白飯 たまご 卵ときぬさやのみそ汁 かれいのにざかな かれいの煮魚 かぼちゃさらだ カボチャサラダ ほうれん草のそう ほうれん草のごま和え ぶどう ぶどう 
9/17 (水)	はくはん 白飯 はくさい 白菜とさつま揚げのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 なまあしょうがに 生揚げの生姜煮 なっとう 納豆 (かつお節) びるくる ピルクル 	ころっけさんど コロケサンド ほわいとぶれっど ホワイトブレッド りんごまーがりん りんご&マーガリン しおぶたぼとふ 塩豚のポトフ 	はくはん 白飯 きのこ汁 とりにくたつたあ 鶏肉の立田揚げ ビーナつあ (こまつな) ビーナツ和え (小松菜) 梨 梨 
9/18 (木)	はくはん 白飯 こうやどうふ 高野豆腐としめじのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 ごぼうきんぴら 牛蒡の金平 さくら 桜しぐれ バナナ 	エビフライソース丼 エビフライソース丼 生姜焼丼 生姜焼丼 わかめすーぶ わかめスープ はくさいすみそあえ 白菜の酢味噌和え	はくはん 白飯 かぼちゃとあげのみそ汁 あさばあまず 揚げ鯖の甘酢あんかけ ひやっこ 冷奴 きうい キウイ 
9/19 (金)	はくはん 白飯 さといもみずな 里芋と水菜のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 もやしのごまみそいため もやしのごまみそ炒め なっとうしおこんぶ 納豆 (塩昆布) びるくる ピルクル 	みそラーメン みそラーメン みずなあ 水菜のゆかり和え ふるーつぽんち (なたでこ) フルーツポンチ (ナタデココ) れいすい 冷水 	まーぼーなすどん マーボーなす丼 ちゅうかすーぶ 中華スープ はるさめすもの 春雨の酢の物 
9/20 (土)	はくはん 白飯 ほうれん草はくさい ほうれん草と白菜のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 きゃべつあぶらいた キャベツの油炒め かつおふれーく かつおフレーク ばなな バナナ 	かつかれー カツカレー ひじきさらだ ひじきサラダ べりーみつくすよーぐると ベリーmixヨーグルト れいすい 冷水 	はくはん 白飯 とうふ 豆腐とふのりのみそ汁 ほっけのにざかな ほっけの煮魚 あさりのたまご あさりの卵とじ いこんうめまよあ 大根の梅マヨ和え 
9/21 (日)	はくはん 白飯 だいこん 大根となめこのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 こまつな 小松菜としらすいため ひとくちこがま 一口昆布巻き ばなな バナナ 	わかめごはん わかめごはん かぼちゃだんごじる かぼちゃ団子汁 しゅうまい シュウマイ ふるーつあんにん フルーツ杏仁 	はくはん 白飯 こうやどうふねぎ 高野豆腐とネギのみそ汁 とりにくしょうがやき 鶏肉の生姜焼 ごままよねーずあ 胡麻マヨネーズ和え (アスパラ) (アスパラ) りんご りんご 