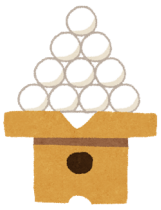
今月のMENU

2019年　9月

月	火	水	木	金
2 揚げ卵 きのこソースかけ 冷奴	3 五目寿司 コーヒーゼリー	4 冷やし中華 炊き込みめし	5 きじ焼き丼 キャベツのお浸し	6 いかフライ タルタルソースかけ 繊キャベツ ポテトサラダ
9 生鮭のムニエル オーロラソースかけ インゲンソテー フレンチポテト	10 ポークピカタ MIX繊キャベツ マカロニサラダ	11 豚肉と高菜の志那そば 煮たまご 混ぜご飯	12 竹輪のロールフライ 繊キャベツ 肉じゃが	13 カツカレー リンゴゼリー
16 敬老の日	17 厚焼き玉子 おろし大根 筑前煮	19 サラダ中華 ちまき御飯	19 プルコギ丼 温泉卵付き わかめスープ	20 鯖の塩焼き おろし大根 茶碗蒸し
23 秋分の日	24 炒飯 いろいろ生野菜	25 スパゲティー クリームボンゴレ 紅茶ゼリー	26 チキンカツ ふわふわライス もやしと高菜和え	27 豚肉の生姜焼き 繊キャベツ マカロニサラダ
30 カレーライス ドレッシングサラダ