



## 親こっ子プラス 9月の献立表



日	曜日	ランチ	食材
1	金	お楽しみメニュー♪(パン食)	+.*ルン♪d(d'▽`)(`▽`b)ルン♪+.*
4	月	肉じゃが・三食なます・味噌汁・ご飯・果物	牛肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・大根・きゅうり・白ごま・果物
5	火	ニラチヂミ・ナムル・白菜と肉団子のスープ・ご飯・果物	ニラ・卵・カニ風味かまぼこ・干しエビ・もやし・人参・白菜・鶏ひき肉・果物
6	水	鮭と秋野菜のクリーム煮・ジャーマンポテト・スープ・ご飯・果物	鮭・人参・南瓜・生クリーム・牛乳・じゃがいも・ベーコン・玉ねぎ・にんじん・ご飯・果物
7	木	カレーライス・トマトのマリネ・フルーツヨーグルト	豚肉・玉ねぎ・人参・ジャガイモ・カレー粉・トマト・ヨーグルト・バナナ・林檎
8	金	お楽しみメニュー♪(麺食)	+.*ルン♪d(d'▽`)(`▽`b)ルン♪+.*
9	月	ふんわり鶏がんも・さつまいもの甘煮・味噌汁・ご飯・フルーツヨーグルト	鶏ひき肉・豆腐・ひじき・にんじん・さつまいも・ご飯・果物・調味料
12	火	春巻き・野菜のピクルス・わかめスープ・ご飯・果物	春巻きの皮・豚ひき肉・タケノコ水煮・人参・きゅうり・わかめ・果物
13	水	白身魚のムニエル・鶏ささみともやしのサラダ・味噌汁・ご飯・果物	白身魚・鶏ささみ・もやし・人参・ハウレンソウ・豆腐・なめこ・わかめ・果物
14	木	ハンバーグ・ポテトサラダ・お味噌汁・ご飯・果物	合挽き肉・じゃがいも・ハム・コーン・キュウリ・なめこ・豆腐・果物
15	金	お楽しみメニュー♪(パン食)	+.*ルン♪d(d'▽`)(`▽`b)ルン♪+.*
19	火	ブルコギ・キャベツの甘酢漬け・ご飯・味噌汁・果物	牛こま肉・人参・もやし・えのき・青ネギ・キャベツ・ジャガイモ・大根・果物
20	水	鰹フライ・コールスローサラダ・きんぴらごぼう・味噌汁・ご飯・果物	鰹・キャベツ・ハム・コーン・ごぼう・人参・ちくわ・果物
21	金	お楽しみメニュー♪(麺食)	+.*ルン♪d(d'▽`)(`▽`b)ルン♪+.*
25	月	豚バラ肉とじゃがいもの照り煮・青菜のおひたし・味噌汁・ご飯・果物	豚バラ肉・じゃがいも・ニンジン・青菜・しめじ・豆腐・わかめ・果物
26	火	麻婆豆腐・きゅうりとミニトマトとチーズのサラダ・味噌汁・ご飯・果物	豆腐・挽肉・長ねぎ・きゅうり・ミニトマト・チーズ・果物
27	水	鮭コロッケ・春雨サラダ・お味噌汁・果物	鮭・ジャガイモ・卵・春雨・キュウリ・ハム・コーン・キャベツ・果物
28	木	ポークチャップ・キャベツの和え物・味噌汁・ご飯・果物	豚肉・玉ねぎ・人参・ケチャップ・キャベツ・果物
29	金	お楽しみメニュー♪(パン食)	+.*ルン♪d(d'▽`)(`▽`b)ルン♪+.*

★土日祝日の給食はありません。ご家庭からご持参下さい。

※金曜日は麺・パン食になりますのでご飯は要りません。(月～木曜日はご飯持参です。)

なお、ご飯はタッパーではなくラップに包んで記名の上ご持参下さい。

※平日から土日祝日に予約が変更になった場合の返金はありません。