

9月14日（月）
さばのみそマヨネ
ーズ焼き
ひじき炒め
みそ汁
果物

9月15日（火）
スパニッシュオム
レツ
ツナのサラダ
みそ汁
果物

9月16日（水）
鶏の酢じょうゆ煮
かぼちゃサラダ
みそ汁

9月17日（木）
鶏肉のから揚げ
ナムル
みそ汁

9月18日（金）
さばのみそ煮
スパゲティーサラダ
みそ汁

9月19日（土）
冷やしうどん
チーズ
牛乳
果物

