

令和5年9月1日（金）

- ごはん
- 牛乳
- ドライカレー
- コーンサラダ

☆阿南市産・・・米

※米としいたけは、年間を通して阿南市産を使用しています。



令和5年9月4日（月）

- 減量ごはん
- 牛乳
- 冷やしうどん
- 肉とごぼうのしぐれ煮
- めんつゆ



令和5年9月5日（火）

- ・パン
- ・牛乳
- ・鶏肉とさつまいものケチャップ煮
- ・れんこんサラダ
- ・みかんジャム



令和5年9月6日（水）

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・チャアシャン豆腐
- ・中華あえ





令和5年9月7日（木）

- ビビンバ
- 牛乳
- 大根のベーコン煮
- はんぺんのいそ揚げ



令和5年9月8日（金）

- ごはん
- 牛乳
- かぼちゃのみそ汁
- さばの生姜煮
- きゅうりの即席漬け



令和5年9月11日（月）

- ごはん
- 牛乳
- 高野豆腐の煮物
- ゆかりあえ
- ヨーグルト



令和5年9月12日（火）

- セルフハンバーグサンド
- 牛乳
- 卵とトマトのスープ
- ハンバーグ
- ボイル野菜





令和5年9月13日（水）

- あまからキムチ丼
- 牛乳
- 春雨の酢の物



令和5年9月14日（木）

- ごはん
- 牛乳
- 五目汁
- あじの南蛮づけ



令和5年9月15日（金）

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・かぼちゃのうま煮
- ・野菜とひじきのナッツあえ



令和5年9月19日（火）

- ・パン
- ・牛乳
- ・さつまいもシチュー
- ・キャベツとみかんのサラダ





令和5年9月20日（水）

- ごはん
- 牛乳
- 厚揚げのカレーそぼろ煮
- きゅうりといかの酢の物



令和5年9月21日（木）

- ごはん
- 牛乳
- ふしめん汁
- いわしのごまてり煮
- ゆでえだまめ



令和5年9月22日（金）

- ごはん
- 牛乳
- 焼肉
- もちいなり



令和5年9月25日（月）

- ごはん
- 牛乳
- れんこんのきんぴら
- さけの塩焼き
- ボイルキャベツ
- ぽん酢





令和5年9月26日（火）

- 小型パン
- 牛乳
- なす入りミートスパゲッティ
- コロコロ豆サラダ
- りんごジャム



令和5年9月27日（水）

- ごはん
- 牛乳
- 八宝菜
- ショウロンポウ



令和5年9月28日（木）

- わかめごはん
- 牛乳
- みそけんちん汁
- 鶏肉とナッツの照り煮



令和5年9月29日（金）

- ごはん
- 牛乳
- 肉じゃが
- 土佐あえ
- 月見だんご（小・中のみ）

