

ミライプロジェクト新瑞橋

令和6年9月

献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
					
2	3	4	5	6	7
ご飯 赤魚の西京焼き 揚げ茄子の煮浸し 味噌汁 456kcal	雑穀米入りご飯 照り焼きハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁 571kcal	ご飯 鶏肉のトマトソース 花野菜の洋風煮 味噌汁 450kcal	ご飯 鶏の照り焼き 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 466kcal	ご飯 豚の生姜焼き 野菜のコンソメ煮 味噌汁 460kcal	五目御飯 豆腐ローフ 南瓜の含め煮 味噌汁 483kcal
チキン南蛮丼	きつねうどん(温)	ざるそば＋一品	揚げ玉豆腐丼	焼きそば	カニクリームコロッケドリア
9	10	11	12	13	14
ご飯 牛うま煮 あさりとキャベツの生姜和え 味噌汁 534kcal	お魚色々定食 (惣菜、味噌汁) 400kcal	ご飯 イワシの生姜煮 海老団子と大根の煮物 味噌汁 417kcal	ご飯 酢豚 鶏そぼろ中華春雨 中華スープ 488kcal	ご飯 黒ムツ煮付け 小松菜のお浸し 味噌汁 476kcal	雑穀米入りご飯 鶏肉の香味ソース 白菜のお浸し 味噌汁 406kcal
冷やし ためき蕎麦	甘辛チキン丼	ロコモコ丼	ナポリタンスパゲッティ	麻婆茄子丼	ざるそば＋一品

ミライプロジェクト新瑞橋 令和6年9月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
16	17	18	19	20	21
赤飯 天ぶら盛り合わせ キャベツの酢の物 お吸い物 618kcal	ご飯 カレイの西京焼き 高野豆腐の含め煮 味噌汁 411kcal	天津井 春雨サラダ 味噌汁 444kcal	雑黒米入りご飯 サバの照り焼き 鶏のすき煮 味噌汁 491kcal	ご飯 牛焼肉 菜の花の辛し和え 味噌汁 401kcal	ご飯 アジの南蛮漬け ポテトサラダ 味噌汁 515kcal
きのご蕎麦(温)	ミートソーススパゲッティ	ぶっかけうどん(冷)	鶏蕎麦(温)	麻婆豆腐丼	焼きそば
23	24	25	26	27	28
ご飯 サワラの揚げ煮 肉じゃが 味噌汁 487kcal	ご飯 八宝菜 焼きビーフン 中華スープ 501kcal	雑穀米入りご飯 タラの塩麹焼き 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 400kcal	ご飯 ささみフライ あさりとキャベツの生姜和え 味噌汁 527kcal	ご飯 味噌だれチキン マカロニサラダ 味噌汁 499kcal	ご飯 豚ロースマリネ さつま芋と昆布の和え物 味噌汁 485kcal
ナポリタンスパゲッティ	すき焼き風丼	カレーライス	焼うどん	和風スパゲッティ	たぬき蕎麦(温)
30	<p>*選択メニューには副菜等も含まれます。 *メニューは変更となる場合があります。</p> 				
雑穀米入りご飯 サンマのみぞれ煮 高野豆腐の含め煮 味噌汁 461kcal					
雑穀米ガーリックチャーハン					