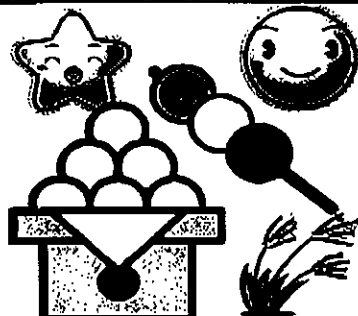


# 2023年9月 なかよしなかま おこんだてひょう

				9月1日(金)	9月2日(土)
				<b>かにたま</b> マカロニサラダ 赤平天 パイ ごはん ねつりょう 349キロカロリー	<b>にくだんご</b> チーズ ウィンナー りんごダイス ごはん ねつりょう 393キロカロリー
9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)	9月7日(木)	9月8日(金)	9月9日(土)
<b>牛肉コロッケ</b> かにしゅうまい ういす豆 ミニゼリー 菜めし ねつりょう 405キロカロリー	<b>おろしハンバーグ</b> オムレツ ポテトサラダ 洋なしダイス ごはん ねつりょう 339キロカロリー	<b>クリームコロッケ</b> ナポリタン かぼちゃサラダ みかん バターロール ねつりょう 321キロカロリー	<b>ハムステーキ</b> 小松菜のソテー コーンシュウマイ マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 317キロカロリー	<b>えびかつ</b> ミニハンバーグ ちくわ煮 パイ ごはん ねつりょう 389キロカロリー	<b>オムレツオーロラソース</b> フライドポテト 三色豆 りんごダイス ごはん ねつりょう 374キロカロリー
9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)	9月14日(木)	9月15日(金)	9月16日(土)
<b>カレーコロッケ</b> ひじき煮 ウィンナー ミニゼリー 菜めし ねつりょう 401キロカロリー	<b>豆腐ステーキ</b> 大根サラダ 豆乳がんも煮 洋なしダイス ごはん ねつりょう 385キロカロリー	<b>鶏のから揚げ</b> チンゲン菜炒め ポテトサラダ みかん バターロール ねつりょう 283キロカロリー	<b>根菜つくね</b> 焼きビーフン 花型さつま マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 330キロカロリー	<b>ひれかつ</b> スパゲティサラダ ウィンナー パイ ごはん ねつりょう 355キロカロリー	<b>野菜コロッケ</b> ミートボール かぼちゃサラダ りんごダイス ごはん ねつりょう 429キロカロリー
9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	9月23日(土)
	<b>親子カツ煮</b> キャベツソテー 赤平天 洋なしダイス ごはん ねつりょう 341キロカロリー	<b>ほうれん草平焼き</b> 肉しゅうまい ビーンストマト みかん バターロール ねつりょう 272キロカロリー	<b>にくだんご</b> マカロニサラダ オムレツ マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 412キロカロリー	<b>鶏のから揚げ</b> チンゲン菜のソテー ちくわ煮 パイ ごはん ねつりょう 397キロカロリー	
9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)	9月30日(土)
<b>ハムカツ</b> ウィンナー スパゲティサラダ ミニゼリー 菜めし ねつりょう 402キロカロリー	<b>豆腐野菜バーグ</b> 焼きビーフン コーンシュウマイ 洋なしダイス ごはん ねつりょう 363キロカロリー	<b>ひれかつ</b> ウィンナー ポテトサラダ みかん バターロール ねつりょう 240キロカロリー	<b>メンチカツ</b> オムレツ 玉ねぎ棒 マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 362キロカロリー	<b>チーズハンバーグ</b> ひじきサラダ 揚げしゅうまい パイ ごはん ねつりょう 419キロカロリー	<b>野菜コロッケ</b> ミートボール かぼちゃサラダ りんごダイス ごはん ねつりょう 413キロカロリー



株式会社マルコシ ご家庭の味と真心をお届けいたします。  
北の大地亭