

2026年9月 なかよしなかま おこんだてひょう

	9月1日(火) ハンバーグ ハッシュドポテト スパゲッティサラダ 洋ナシダイス ごはん ねつりょう 387キロカロリー	9月2日(水) ミートボール ナポリタンスパゲティ ポテトサラダ みかん バターロール ねつりょう 257キロカロリー	9月3日(木) クリームコロッケ ビーフン 大豆の煮物 マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 349キロカロリー	9月4日(金) ベーコンカレーフライ しろ菜のソテー マカロニサラダ パイン ごはん ねつりょう 388キロカロリー	9月5日(土) 鶏野菜キ/コ卵焼き コロッケ 三色豆 リンゴダイス ごはん ねつりょう 337キロカロリー
	9月7日(月)	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)
野菜たっぷりさつま揚げ 厚焼き玉子 スパゲッティサラダ ミニゼリー 菜めし ねつりょう 367キロカロリー	豚肉と木耳の卵炒め ちくわの磯辺揚げ 揚げ餃子 洋ナシダイス ごはん ねつりょう 321キロカロリー	えびかつ ウィナー ポテトサラダ みかん バターロール ねつりょう 258キロカロリー	紫芋コロッケ あさりと大根の時雨煮 花さつま マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 306キロカロリー	ひれかつ オムレツ 切干大根 パイン ごはん ねつりょう 313キロカロリー	トマトコーンフライ しゅうまい かぼちゃサラダ フルーツカクテル ごはん ねつりょう 368キロカロリー
9月14日(月)	9月15日(火)	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)
コーンクリームコロッケ ほうれん草のお浸し マカロニサラダ ミニゼリー 菜めし ねつりょう 360キロカロリー	ハムステーキ 厚焼き玉子 スパゲッティサラダ 洋ナシダイス ごはん ねつりょう 439キロカロリー	牛肉コロッケ ハンバーグ ビーンストマト みかん バターロール ねつりょう 296キロカロリー	メンチカツ 赤平天 ポテトサラダ マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 380キロカロリー	豆腐ステーキ ちくわ煮 チンゲン菜のソテー パイン ごはん ねつりょう 351キロカロリー	野菜コロッケ 水ぎょうざ かぼちゃサラダ リンゴダイス ごはん ねつりょう 361キロカロリー
9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)
おやすみ 	おやすみ 国民の休日	おやすみ 	チキンステーキ 野菜春巻き ウィナー マンゴーダイス わかめごはん ねつりょう 345キロカロリー	目玉フライ ハンバーグ 青菜ソテー パイン ごはん ねつりょう 392キロカロリー	チキン南蛮 煮物 わかめのナムル フルーツカクテル ごはん ねつりょう 434キロカロリー
9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)			
豆腐ステーキ ちくわの磯辺揚げ ポテトサラダ ミニゼリー 菜めし ねつりょう 389キロカロリー	えびかつ 揚げ餃子 三色豆 洋ナシダイス ごはん ねつりょう 400キロカロリー	チキンカツ しゅうまい マカロニサラダ みかん バターロール ねつりょう 276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。
 北の大地亭店