

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日							1
朝食	日曜7:50 平日7:15	★9/1～月・金11:50～ 火・水・木・土12:05～					
昼食	日曜11:50 平日11:50						
夕食	日曜・平日とも18:50 (特別食は18:30)						
			★9/19・20 高砂市中学校新人大会、昼食弁当あり				
日			1	2	3	4	5
朝食			ワカメ卵焼き	ハムエッグとサラダ	厚揚げピリ辛焼と生卵	チキンから揚げ	クリームシチュー
昼食			から揚げ卵とじ丼	肉味噌ベーコンエッグ丼	ビーフカレー	味噌ラーメン	バラ寿司とそうめん
夕食			牛すじコロッケ 春雨と挽肉煮 豚とナス味噌炒め	すき焼き風煮もの なすの揚げ出し 洋風かきあげ	豚ひれチーズピカタ コロコロサラダ 細切り肉と野菜甘酢炒め	チーズハンバーグ サワラ幽庵焼 ポトフ	牛肉の生姜焼 夏野菜揚げびたし ロールキャベツ
日	6	7	8	9	10	11	12
朝食	ソフトサラミと茹で卵	チクワ磯部揚げと生卵	鮭塩焼き	ハムステーキとゆで卵	高菜卵焼き	ゴボウ天と生卵	チーズトースト
昼食	ハヤシライス	スパゲティマトソース	天ぷらうどんとおむすび	三色そばろ丼とスープ	親子丼と冷しそうめん	海老カツカレー	麻婆豆腐丼と冷めん
夕食	ナスと豚味噌ぶっかけうどん おでん じゃがこっくり煮	ひれかつ から揚げ黒酢あん 麻婆豆腐	和風ハンバーグ 揚げサツマイモ甘酢 回鍋肉	海老フライ 肉じゃが 胡瓜なす昆布あえ	鮭のホイル焼 糸コン牛肉煮 ベーコンコーンコロッケ	串かつ 干し海老かき揚げ 卵豆腐	チキン南蛮 焼き豆腐すき煮 海老ドリア
日	13	14	15	16	17	18	19
朝食	ハムオムレツ	蒲鉾と生卵	焼きサバポン酢かけ	小エビのオムレツ	フライドチキン	チーズ入り薩摩揚げ	目玉焼きとポテト
昼食	肉うどん	鶏ガーリック照焼きご飯	おむすびと鶏天うどん	チキンカレー	甘辛豚バラ丼とスープ	いなり寿司ときつねうどん	ツナマヨ天津飯とスープ
夕食	ハンバーグのせカレー ハムサラダ コーヒーゼリー	ロースとんかつ ポトフ サーモンお刺身	キスのチーズピカタ 豆腐ラザニア トマトニョッキ	きのこハンバーグ 揚げだし豆腐 人参ツナサラダ	寿司盛り合わせ 串かつ アサリの吸い物	牛肉ストロガノフ 肉じゃが 冷奴豆腐	ナスはさみ揚げ 小芋とコンニャク田楽 ミートグラタン
日	20	21	22	23	24	25	26
朝食	サンドイッチ	卵焼きと生姜天	鮭の黄味焼	ベーコンエッグ	ウインナー風天と生卵	サゴシ幽庵焼	ササミバター焼
昼食	チキンライス	中華丼と卵スープ	牛すじカレー	他人丼と汁	天丼と昆布そば	家常豆腐丼	かつ丼と汁
夕食	醤油ラーメン イカとキヌサヤフリッター フルーツゼリー	海老しんじょフライ サゴシカレー焼 炒り鶏	ポークソーテーリヨン風 ナスと豚バラおろし照りだれ 海老グラタン	ビーフピカタ 里芋鶏肉煮ころがし マカロニサラダ	ハンバーグカレーソース チキンステーキ 大根サラダ	海老卵チーズコロッケ シーザーサラダ うまだれ豚モヤシ	煮込みハンバーグ 肉豆腐 サンマ塩焼き
日	27	28	29	30			
朝食	ホットドッグ	チクワ磯部揚げとニラタマ	オクラ納豆と生卵	ウインナー卵			
昼食	焼き飯とかき揚げそば	ミートスパゲティ	チャンポンと洋風炊込ご飯	鶏と野菜の南蛮おろし丼			
夕食	茄子のカレー ハムカツ プリンパフェ	海鮮ちらし寿司 イカとナスの天ぷら おでん	ピーマンの肉詰め 豆腐のトマトグラタン 鮭の黄味焼	酢豚 八宝菜 手作り春巻き			

※仕入材料の都合で若干内容を予告なしに変更することがあります。ご了承ください。