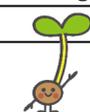
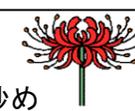




9月予定献立表



月 1日 防災の日	火 2日	水 3日	木 4日 ヲクジラの日	金 5日	予約締切	
麦ごはん サバ缶カレー 切干とわかめの和え物 ミックスビーンズスープ フルーツ缶deゼリー 	ペッパーピラフ しらすとオリーブ油のポテサラ 南瓜のスープ パイナップル チーズケーキ 	もち麦ごはん 韓国風肉豆腐 もやしのごまだれ和え 海苔と卵のスープ 果物(梨) 	人参ごはん クジラの竜田揚げ 蓮根ののり塩炒め ラーメンサラダ 冬瓜の味噌汁 	カレーピラフ 海老カツ 焼きナスとトマトのマリネ ヴィシソワーズ(冷製じゃが芋スープ) 果物(ぶどう) 	8/22 (金) 18:30 夏休 み中 です 8/29 (金) 18:30	
8日	9日 重陽の節句	10日	11日★ギリシャの料理★	12日		
親子丼 蒟蒻と牛蒡のピリ辛炒め 南瓜の豚汁 アセロラゼリー 	栗ご飯 肉団子のもち米蒸し 茄子の味噌炒め 金糸瓜とツナの和え物 菊花のすまし汁 	ごはん ししゃものしそ巻き揚げ 厚揚げのキムタク炒め 夏野菜のバンバンジー 鶏白湯風野菜スープ 	クルーリ風セサミパン ムサカ(ナス・芋・ミートソースの重ね焼き) ラハノサラタ(ギリシャ風コールスロー) ファケス・スパ(レズ豆スープ) フルーツヨーグルト 	もち麦ごはん いかのトマトオイスター煮 山椒ポテト コーンサラダ 竹輪のかき玉スープ 	8/29 (金) 18:30	
15日	16日*ひじきの日*	17日イタリア料理の日	18日	19日		
いつもありがとう 敬老の日 	ごはん, オニオンスープ A: チキン チャップ B: ポーク チャップ 野菜のチーズ焼き ひじきと竹輪のマヨサラダ 	オリーブオイルライス アクアパッツァ カポナータ 野菜スープ ティラミス 	もち麦ごはん カレー風味の麻婆豆腐 ザーサイ入り大根サラダ 卵とトマトの中華スープ 杏仁豆腐 	ごはん 鶏肉の梅マヨ焼き 芋とナッツの甘辛炒め 野菜の練ごま和え モロヘイヤと豆腐の味噌汁 	9/5 (金) 18:30	
22日*秋の彼岸献立*	23日	24日	25日	26日		
けんちんうどん 精進揚げ (蓮根・南瓜・舞茸) あん入り2色おはぎ (ごま・きなこ) 	秋分の日 	ポークハヤシライス ポテトビーンズサラダ 豆乳と白いんげんのスープ 果物(ぶどう) 	ごはん 鮭竜田と茄子の揚げ浸し 切干大根の炒り煮 青菜ともやしの白和え 根菜の味噌汁 	高菜チャーハン レバ豚ニラ炒め なんとと若布の味噌中華スープ 黒ごまミルクプリン 	9/12 (金) 18:30	
29日	30日	※9日 重陽の節句※ 一番大きな陽数【9】が重なる9月9日を、陽が重なりと書いて「重陽」とし、不老長寿や繁栄などを願う日です。今では影が薄くなりましたが、五節句を締めくくる行事として、昔は最も盛んだったそうです。【栗】・【菊】・【茄子】は、どれも重陽の節句にゆかりのある食材です。旧暦で旬の最盛期を迎えた【栗】を食べ、【菊】を浮かべた菊酒を飲んでました。また、「お九日(くんち)に【茄子】を食べると中風(ちゅうふう)(=病気)にならない」と言い、旬の秋茄子を食べる地域もあります。			★11日 ギリシャの料理★ *南ヨーロッパに位置するギリシャでは、9月11日に新学期を迎える学校が多いのだそう。日本より少し遅い始まりですね。うらやましい！ *ギリシャ料理は、地中海らしく、オリーブオイル・乳製品・スパイス類を多く使うのが特徴です。	9/19 (金) 18:30

※牛乳は毎日つきます。献立は都合により変更することがあります。