

献立表



	9/8(月)	9/9(火)	9/10(水)	9/11(木)	9/12(金)	9/13(土)	9/14(日)
朝	米飯 味噌汁(小松菜・ブナピー) 里芋の含め煮 牛乳 梅干し	米飯 味噌汁(さつま芋・エノキ) 白菜の煮浸し 牛乳 明太子風味ソース	米飯 味噌汁(白菜・油揚げ) ぜんまい煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(もやし・しいたけ) 肉じゃが 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(厚揚げ・ワカメ) きんぴらごぼう 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(キャベツ・エノキ) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(なす・油揚げ) 鶏肉のすき煮 牛乳 鮭ふりかけ
昼	ハヤシライス(オムハヤシ) オムレツ  花野菜サラダ ヨーグルト	栗ご飯【重陽・季節のご飯】 清汁(豆腐・三つ葉) 鯖の塩焼き なすの煮浸し  梨	米飯 清汁(冬瓜・貝割れ) 鶏肉のガーリックバター焼き 南瓜の含め煮 海藻サラダ	米飯 清汁(玉麴・ねぎ) 鶏天タルタルがけ ひじき煮 黄桃缶	米飯 味噌汁(南瓜・シメジ) 魚の中華餡かけ 青菜炒め バナナムース	米飯 清汁(花麴・三つ葉) 手作りだし巻き玉子  冬瓜の煮物 手作り抹茶ババロア	米飯 味噌汁(さつま芋・ねぎ) 魚の磯部マヨ焼き じゃが芋のそぼろ煮 洋梨缶
夕	米飯 味噌汁(厚揚げ・舞茸) ホッケの煮付け さつま芋のレモン煮 ほうれん草のお浸し	米飯 味噌汁(大根・ねぎ) 豚肉の甘辛煮 スナップエンドウの煮物 ところてんサラダ	米飯ハーフ【麺の日】 味噌汁(切麴・ねぎ) 焼きそば 蟹焼売 手作りリンゴゼリー 	米飯 味噌汁(ほうれん草・ナメコ) 鰯の梅煮 里芋の煮物 インゲンの胡麻和え	米飯 コンソメスープ 鶏肉のカレームニエル キャベツとウインナーの炒め物 豆サラダ	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 豆腐とすり身のふわふわ揚げ 筍と鶏肉の煮物 白菜とひじきのサラダ	米飯 味噌汁(かぶ・貝割れ) 豆腐ステーキ きのご飯 蓮根のきんぴら とろろ山葵醤油和え
おやつ	カントリーマアム	花菊饅頭	手作り小倉フレンチトースト 	スーパーカップ	雪の宿	吹雪饅頭	ベルギーワッフル

重陽とは、中国由来の行事で日本では平安時代ごろに貴族の宮中行事として取り入れられました。

菊を眺めながら宴を催し、厄祓いや長寿祈願をしていました。菊の他にも栗ご飯や秋茄子を食べることもあります。

※都合により変更する場合があります

★糖尿病食の方は小鉢が変更になります

