



献立表



	9/21(月)	9/22(火)	9/23(水)	9/24(木)	9/25(金)	9/26(土)	9/27(日)
朝	米飯 味噌汁(木綿・ワカメ) きんぴらごぼう 牛乳 梅干し	米飯 味噌汁(小松菜・油揚げ) 肉じゃが 牛乳 明太子風味ソース	米飯 味噌汁(大根・葉大根) がんもの含め煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(さつま芋・椎茸) 鶏肉のすき煮 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(ほうれん草・シメジ) 里芋の含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(厚揚げ・葉大根) 白菜の煮浸し 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(白菜・ブナピー) ぜんまい煮 牛乳 鮭ふりかけ
昼	赤飯【敬老の日】 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ イチゴムース 	米飯 もずくスープ チャンプルー にんじんしりしり シークワサーゼリー	米飯 中華スープ エビチリ豆腐 焼売 モヤシのナムル	米飯 清汁(厚揚げ・ネギ) アジフライ 小松菜とはんぺんの煮物 手作りトマトゼリー	米飯ハーフ【十五夜】 お月見そば 南瓜コロッケ カクテル缶 	ちらし寿司 清汁(手毬麩・三つ葉) 海老団子の煮物 手作り水ようかん	米飯 味噌汁(大根・シメジ) 筑前煮 さつま芋の天ぷら ブドウムース
夕	米飯 清汁(切麩・ネギ) 鶏肉の味噌焼き 南瓜の煮物 手作りなめたけ	米飯 味噌汁(南瓜・エノキ) 煮鶏 キャベツの炒め煮 とろろ	米飯 清汁(花麩・三つ葉) 鶏肉の味噌くわ焼き 長いもの白煮 バナナムース	米飯 清汁(豆腐・貝割れ) 手作りお好み焼き 切干大根の煮物 モヤシの塩昆布和え	ゆかりご飯 味噌汁(モヤシ・椎茸) 鰯の塩焼き 根菜の煮物 オレンジ	米飯 味噌汁(南瓜・エノキ) 青椒肉絲 ナスの含め煮 カリフラワーの胡麻マヨサラダ	米飯 ワカメスープ かに玉 鶏団子の煮物 青梗菜の中華風和え
おやつ	敬老の日和菓子	手作りおはぎ	ぼたぼた焼き	スーパーカップ	十五夜饅頭	黒糖丸ボウロ	牛乳ドーナツ



秋のお彼岸は、昼と夜の長さがほぼ同じになる秋分の日を中心に、ご先祖様に感謝し供養する期間です。
おはぎの小豆には、災いがみに降りかからないようにするおまじないの効果があると言われています。

※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