

十五夜 9月10日

十五夜は「中秋の名月」とも呼ばれ、月に見立てたものや収穫物をお供えて、月を眺めながらその年の収穫に感謝する行事です。月見団子の数は十五夜にちなんだ15個が定番です。また、ススキは作物の豊作を見守ってくださる月の神様がのり移ったものとされています。十五夜を通して、秋の実りに感謝し、味覚の秋を楽しみましょう。

1日 (木)		2日 (金)							
魚のみそマヨネーズ焼き 御飯 牛乳 200ml 切り干し大根のカレー風炒り煮 小松菜の小町和え (756Kcal)		豚丼 味噌汁 コロッケ ほうれん草の和風和え (799Kcal)							
5日 (月)		6日 (火)		7日 (水)		8日 (木)		9日 (金)	
ドライカレー 牛乳 200ml 野菜コロッケ 春雨サラダ (872Kcal)		鶏肉の唐揚げ 御飯 牛乳 200ml オムレツ コールスローサラダ (796Kcal)		肉うどん 牛乳 200ml 蒸しシューマイ レタスサラダ (763Kcal)		鶏肉のマスタード焼き マカロニソテー(バジリコ風味) 御飯 牛乳 200ml ジャーマンポテト チンゲン菜のごま和え (795Kcal)		《十五夜(9/10)》 やしおますのたまり漬け 栗ごはん 牛乳 200ml けんちん煮 マヨポン和え  (815Kcal)	
12日 (月)		13日 (火)		14日 (水)		15日 (木)		16日 (金)	
ツナとトマトクリームスパゲティ 牛乳 200ml 手作りメンチカツ ブロッコリーの卵サラダ (807Kcal)		ハンバーグ フレンチポテト 御飯 牛乳 200ml ガーリック炒め チーズ入りサラダ (869Kcal)		魚のムニエル いんげんのソテー オニオンソース 御飯 牛乳 200ml さつま芋と鶏肉の甘辛煮 スパサラダ (843Kcal)		家常豆腐(ジャーチャンドウフ) 御飯 牛乳 200ml 厚焼き卵 もやしのゆかり和え (836Kcal)		鶏肉の辛味噌焼き スナッフえんどうのソテー 御飯 牛乳 200ml じゃがいもの信田煮 野菜サラダ (757Kcal)	
19日 (月)		20日 (火)		21日 (水)		22日 (木)		23日 (金)	
		白身魚のフライ 御飯 牛乳 200ml 含め煮 ブロッコリーのけずり和え (835Kcal)		麻婆豆腐 御飯 牛乳 200ml ハムカツ もやしのナムル (847Kcal)		鶏肉の香り焼き 御飯 牛乳 200ml あゆの唐揚げ キャベツのフレンチ和え (791Kcal)			
26日 (月)		27日 (火)		28日 (水)		29日 (木)		30日 (金)	
カレーライス ハンバーグ 牛乳 200ml 花野菜のサラダ 杏仁フルーツ (818Kcal)		豚肉のスタミナ焼き 御飯 牛乳 200ml 肉じゃがコロッケ サラダ (846Kcal)		鶏肉のグリル いんげんのソテー 和風おろしソース 御飯 牛乳 200ml 卵ときくらげの炒め物 さつまサラダ (822Kcal)		サバのつけ焼き ピーマンのソテー 御飯 牛乳 200ml 南瓜のそぼろ煮 小松菜のおひたし (826Kcal)		豚キムチ丼 じゃが芋と油揚げの味噌汁 春巻き 大根サラダ (778Kcal)	