

# 2020年 9月 献立表

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		ご飯・味噌汁 白身魚のペッパー焼き 南瓜サラダ 大豆の五目煮	ご飯・味噌汁 豆腐ハンバーグ 小松菜の錦糸和え 大根とちくわのうま煮	ご飯・味噌汁 筑前煮 揚げ出し豆腐 もやしのナムル	ご飯・味噌汁 鮭のオーロラソース 小松菜とハム炒め きゅうりの酢の物	キツネそば オクラのボン酢和え 厚焼き玉子
6	7	8	9	10	11	12
ご飯・味噌汁 エビ焼売 ほうれん草チーズ焼き コンソメ煮	ご飯・味噌汁 ぶいの照り焼き 8種の彩りサラダ 大学芋	ご飯・味噌汁 麻婆豆腐 ポテトサラダ 玉ねぎ炒り煮	栗ご飯 鶏汁 ナスの揚げびたし 栗のムース	ご飯・味噌汁 ハガツオのまろみ漬け ひじきと揚げの煮物 小松菜ボン酢和え	ご飯・味噌汁 唐揚げネギソース 南瓜煮 キャベツの炒め物	ご飯・味噌汁 ごぼうと牛肉煮 豆腐のカニあん 青菜の和え物
13	14	15	16	17	18	19
ご飯・味噌汁 里芋のそぼろ煮 きんぴらごぼう 焼き魚	ご飯・味噌汁 千金のピカタ 切り干し大根 湯葉と昆布和え	月見そば サツマイモの煮物 ほうれん草のお浸し みたらし団子	ご飯・味噌汁 赤魚の生姜醤油焼き 白菜の煮びたし 南瓜とエンドウのサラダ	ご飯・味噌汁 ハンバーグキノコソース マッシュポテト ゴマドレサラダ	焼きそば 玉子スープ ポパイサラダ ゼリー	ご飯・味噌汁 サバの味噌煮 焼きナス 小松菜お浸し きなこのおはぎ
20	21	22	23	24	25	26
ご飯・味噌汁 白身魚のムニエル ピーマンおかか炒め レンコンマヨ和え	敬老の日特別メニュー 	ご飯・味噌汁 生姜焼き じゃがいもうま煮 きゅうりの昆布和え	3色丼 なめこ汁 いんげん和え物 フルーツグルト	ご飯・味噌汁 南瓜コロッケ キャベツのソテー トマトとフロッキーサラダ	ご飯・味噌汁 鱈の開きおろし付き ハムのサラダ さつま揚げの煮物	ご飯・味噌汁 豚肉の野菜炒め マカロニサラダ はんぺん焼き
27	28	29	30			
ご飯・味噌汁 餃子 ゴマドレサラダ エンドウとキノコの炒め	ご飯・味噌汁 カルビ焼肉 小松菜和え物 ちくわと野菜煮	ご飯・味噌汁 白身フライ キャベツの和え物 ひじき煮	ご飯・味噌汁 メバルの柚庵焼き ほうれん草のお浸し ジャーマンポテト			

[9月第3月曜日]敬老の日・・・お年寄りを大切にし長生きを祝う日  
 [9月23日ごろ]秋分の日・・・昼と夜の長さがほぼ同じになる日  
 [9月中旬～10月上旬]十五夜・・・昔のごよみで8月15日の満月の夜に月見をするならわし

※メニューは変更になる場合がございます。

