

9月11日 ~ 9月17日

日	11	12	13	14	15	16	17	
曜日	水	木	金	土	日	月	火	
朝	主食	ご飯	ご飯	ご飯		ご飯	ご飯	
	副食	味噌汁 八幡巻き	味噌汁 くずし豆腐炒め	味噌汁 竹輪の磯辺揚げ	レタススープ 菓子パン	味噌汁 じゃが芋と ウインナーの炒め物	味噌汁 鶏ミンチとひじきの 煮付	味噌汁 さつま芋の甘煮
		ひじき煮	里芋の煮付	かぼちゃの あっさり煮	フルーツ缶	白菜サラダ	茹で野菜サラダ	春雨サラダ
		うぐいす煮豆 飲み物	海苔佃煮 飲み物	たくあん 飲み物	飲み物	梅干し 飲み物	くるみ和え ご飯	大根場の和え物 飲み物
昼	主食	ご飯	さつま芋ご飯	えびの散らし寿司	ご飯	ズッキーニと茄子のカレー	ご飯 <b>特別</b>	
	副食	鯛の唐揚げ	冷やし ぶっかけうどん	白菜の煮浸し	豚こつ風煮	高野豆腐の卵とじ	ハンバーグ 野菜あんかけ	きのこの混ぜご飯
		茄子のそぼろ煮	たらこ炒め	大豆とチーズの わさび風味サラダ	茄子の辛味炒め	グリーンサラダ	茄子の味噌煮	秋刀魚の炭火焼き
		春雨の中華風酢の物	揚げが茄子の南蛮漬け	大根の味噌汁	大根の明太子サラダ	バナナ	レタスと焼き舞茸の 酢の物	芋炊き
		潮汁	キウイフルーツ	オレンジ	団子汁		オクラの かき玉スープ	蒸し茄子の ごま酢和え
ヨーグルト和え			ヨーグルト		パイナップル	抹茶羊羹		
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	麻婆茄子	鯖の味噌煮	牛肉の中華炒め	鯖の香味焼き	菜ごもり卵	鯛の酒蒸し	八宝菜
		五目煮豆	白菜の中華炒め	じゃが芋の 煮っころがし	かぼちゃの 鶏あんかけ	オクラとむきエビの 炒め物	キャベツと豚肉の 炒め物	ごった煮
		レタスの生姜酢和え	棒棒鶏風サラダ	キャベツの おかか和え	白菜の酢の物	長芋の酢の物	ポテトサラダ	冷奴
中華スープ	茄子のすまし汁	豆腐とわかめの スープ	里芋の味噌汁	厚揚げの味噌汁	潮汁	かぼちゃスープ		

【ひとくちコメント】

**特別**

の印は特別メニューです

17日は十五夜です。天気予報では曇りまたは晴れ。月が出るころには晴れて、中秋の名月が見られるといいですね。その日の昼食は十五夜にちなみ、特別メニュー『秋刀魚の炭火焼き・芋炊きご膳』をご用意致します。かとれあの庭で炭火焼きの実演を行い、香ばしい焼きたての秋刀魚を召し上がって頂きます。少し小ぶりですが、脂はのっているそうです。たくさんきのこを入れた「混ぜご飯」、「芋炊き」をお付けしますので秋の味覚を楽しんでください。まだまだ日中は暑い日が続きますが、食事で秋を感じていただけたらと思います。



写真は昨年のものです