

9月30日 ~ 10月6日

日	30	1	2	3	4	5	6	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	
							お休み	
昼 副食	主食	ご飯	パン	ご飯	ご飯	ご飯	お休み	
		回鍋肉	クリームシチュー	鮭の照り焼き	焼きそば	マダラの南蛮漬け		中華丼
		ナスの煮びたし	牛肉コロッケ	麻婆ナス	ひじきの煮物	切り干し大根の煮物		もやしの和え物
		小松菜の和え物	マカロニサラダ	サラダ	青菜の和え物	サラダ		サラダ
		コンソメスープ オレンジ	キウイフルーツ	わかめスープ ヨーグルト和え	味噌汁 パイナップル	卵スープ 梨		味噌汁 ヨーグルト

※予定していた献立の内容が変わる場合もございます。ご了承くださいませ。

【ひとくちコメント】

朝晩の気温が下がり、心地良い秋の風が感じられるようになりました。去年はかとれあ庭園の柿が収穫できたのですが、今年も実がたくさんついたものの、暑さか、虫のせいかわずか、すべて落ちてしまいました。そんな中でも、なんとか「鬼柚子」だけは実を付けてくれました。「鬼柚子」は文旦の仲間で、通常のゆずの数倍の大きさがあります。表面がごつごつし、獅子の顔に似ていることから縁起物とされています。一般家庭では馴染みの無い「鬼柚子」ですが、入浴剤や香りづけ、はちみつ漬け、ポン酢などに利用されるようです。収穫出来たらお風呂に浮かべて香りを楽しむのも良いですね。2日には『かとれあ畑』のオクラを使ったおひたしをお付けします。



かとれあ庭園の「鬼柚子」