

10月2日

~

10月8日

日	2	3	4	5	6	7	8	
曜日	水	木	金	土	日	月	火	
朝	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	味噌汁 ロールパン	味噌汁 ブロッコリーソテー	味噌汁 里芋のそぼろ煮	大根スープ 菓子パン	味噌汁 さつま揚げと れんこんの炒め物	味噌汁 豚肉と切干の炒め物	味噌汁 オムレツ
		イチゴジャム	白和え	カリフラワーサラダ	フルーツ缶	彩りひじき煮	カリフラワーの 辛子和え	白菜のあっさり煮
		バナナ 飲み物	たくあん 飲み物	海苔佃煮 飲み物	飲み物	うぐいす煮豆 飲み物	白菜の浅漬け 飲み物	梅干し 飲み物
昼	主食	ご飯	ご飯	ビーフカレー	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	照り焼きハンバーグ	鮭の塩焼き	揚げ出し豆腐	揚げ鱈の 野菜あんかけ	鶏肉のワイン蒸し	祭り寿司	すき焼き丼
		舞茸とごぼうの 卵とじ	里芋と鶏肉の旨煮	大根の梅風味サラダ	オクラの炒め物	舞茸のたらこ炒め	茶碗蒸し	茄子と桜えびの 炒め物
		大豆とチーズの わさび風味サラダ	もずくの酢の物	梨	茄子のごま酢和え	白菜のおかか和え	長芋とモロヘイヤの ごま和え	キャベツサラダ
中華スープ	きのこの味噌汁		キャベツスープ	野菜ポタージュ	豚汁	団子汁		
ヨーグルト和え	パイナップル		ヨーグルト	バナナ	コーヒー寒天	みかん		
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	赤魚のおろし煮	親子煮	鯖の柚子味噌焼き	豚肉とそぎ大根の 旨煮	鯛の西京焼き	麻婆豆腐	鯛の梅煮
		豆腐チャンプル	茄子の ケチャップ炒め	かぼちゃの含め煮	ニラ玉	長芋と鶏肉の旨煮	里芋といかの旨煮	豚バラキムチ炒め
		ブロッコリーと りんごのサラダ	春雨の酢の物	キャベツの 生姜酢和え	ひじきとレタスの サラダ	菜種和え	春雨の中華風酢の物	かぼちゃサラダ
じゃが芋のすまし汁	里芋の味噌汁	そうめん汁	豆腐の薄くず汁	潮汁	卵スープ	じゃが芋の味噌汁		

特別 の印は特別メニューです

【ひとくちコメント】

10月7日は松山秋祭りです。日中はまだまだ暑いですが、稲刈りが進み、畔は彼岸花の赤で染まり、お祭りの季節を感じることができます。この日の昼食は秋祭りの特別メニューで『祭り寿司ご膳』をご用意致します。バラ寿司に、穴子、えび、だし巻き卵などを彩り良く載せ豪華な祭り寿司にして、茶碗蒸しをお付けします。お祭りの頃は「キンモクセイ」の良い香りがしますが、今年は猛暑の影響で、花が咲くのは少し遅いかもかもしれません。キンモクセイの香りが終わる頃には、より気温が下がり秋めくのではないのでしょうか。「かとれあ畑」では、10月前半に、大根、キャベツ、白菜、高菜などの秋冬野菜を植え付ける予定です。収穫出来たら皆様に食べていただきます。お楽しみに。



昨年のお神輿の様子