

令和2年 9月献立表

ミルクたんぽぽ園

月		火	水	木	金	土
		1日 里芋コロッケ 和え物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 ぶどうパン	2日 白身魚の香草焼き きのこと長芋の炒め物 冬瓜の冷靜スープ煮 ご飯 牛乳 おにぎり	3日 チンジャオロース風 もやし中華和え スープ ご飯 牛乳 大学いも	4日 なすと厚揚げの炒め物 酢の物 豚汁 ご飯 牛乳 丸ピザ	5日 ハヤシライス サラダ 果物 牛乳 チーズ
7日	中華丼 スープ 果物 牛乳 さつまいもとりんごの甘煮	8日 甘酢マヨチキン サラダ 和風ミネストローネ パン 牛乳 おにぎり	9日 重陽の節句 かき揚げ 和え物 味噌汁 鮭の炊き込みご飯 牛乳 カップケーキ	10日 煮魚 卵の花 すまし汁 麦ご飯 牛乳 人参ポンデケーキ	11日 ししゃも たらも風ボール 味噌汁 ご飯 牛乳 ベーコンパン	12日 いわしのトマトパスタ サラダ 果物 牛乳 ゴマサブレ
14日	海鮮やしそば 味噌汁 おにぎり 果物 牛乳 ばななあん春巻き	15日 からあげ サラダ スープ パン フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	16日 いわしのかば焼き 和え物 すまし汁 ご飯 牛乳 枝豆	17日 雷豆腐 和え物 味噌汁 わかめご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	18日 きのこカレー サラダ 果物 牛乳 高野豆腐プリッツ	19日 かば焼き丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 果物
21日	敬老の日 	22日 秋分の日 	23日 秋彼岸 野菜てんぷら がんものなめこおろし すまし汁 ご飯 牛乳 おはぎ	24日 けんちん煮 和え物 味噌汁 さつまいもご飯 牛乳 しらすトースト	25日 餃子 韓国風ポテトサラダ スープ ご飯 牛乳 きのこ風パン	26日 炒り豆腐 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 果物
28日	野菜炒め 鱈缶とじゃがいものカレー炒め 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツゼリー	29日 焼き魚 南瓜の煮物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 スティックフライ	30日 大豆と鶏肉の揚げ煮 胡麻和え 味噌汁 ご飯 牛乳 鱈缶サンド			

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

♪ (菊の節句) 9月9日 五節句のひとつ。奇数は陽の数であり、陽数の極である9が重なることから「重陽」と呼ばれ、菊の花を飾る等、邪気を払って長寿を願うという風習。9日から9月25日 秋分の日の前を秋のお彼岸という。秋彼岸には、はぎの花の季節由来の「おはぎ」を食べる。お彼岸には旬の味覚を食卓に並べて、季節の訪れを楽しむのも9月 旬の食材 いんげん、オクラ、かぼちゃ、さつまいも、里芋、きのこ類、なす、栗、ぶどう、なし、鮭、さんまなど

