



9月のお献立



友愛会

山県グリーンポート デイケアセンター

	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
昼食	かき玉きしめん ゆかりごはん なすの揚げ煮 黄桃缶	ごはん すまし汁 選べるおかず ひじきの煮物 フルーツカクテル	ごはん えのきの味噌汁 豚肉のオイスターソース炒め 青菜のごま和え フルーチェ いちご	ドライカレー コーンポタージュ かぼちゃコロッケ パン缶	松花堂弁当 ごはん・すまし汁 あしのねぎ味噌焼き ピーマンとハムの炒め物 白菜のごま和え バナナ	ごはん 大根の味噌汁 鶏肉のこはく煮 さつまいものマヨサラダ ヨーグルト和え
間食	レモンケーキ カフェオレ	紅茶のパウムクーヘン はちみつレモン	青りんごゼリー	コーヒーロールケーキ ぶどうサイダー	田舎まんじゅう ほうじ茶	カスタードケーキ レモンティー
昼食	ごはん すまし汁 さばの味噌煮 じゃがいもの煮物 カクテルゼリー	ハヤシライス ミートオムレツ もやしの和風和え みかん缶	ごはん なすの味噌汁 選べるおかず 切干大根の煮物 パン缶	きつねそば かおりごはん れんこんの炒め煮 黄桃缶	ごはん えのきの味噌汁 鶏肉の幽庵焼き さといものくず煮 杏仁豆腐	ごはん キャベツの味噌汁 さわらの煮付け なすの香味炒め フルーチェ ぶどう
間食	シフォンケーキ サイダー	桃のヨーグルト カルシウムウエハース	クリームコンフェ ミルクティー	黒糖まんじゅう 緑茶	クリームパン レモンティー	ホットケーキ カフェオレ
昼食	敬老の日 敬老会弁当 赤飯・茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ マスの塩焼き 炊き合わせ・オレンジ	月見うどん 菜めし 信田煮 カクテルゼリー	ごはん 大根の味噌汁 鶏肉の梅照り焼き ブロッコリーの生姜和え 黄桃缶	ごはん しめじの味噌汁 豚肉のしぐれ煮 なすの青じそ和え ヨーグルト和え	ごはん 絹さやの味噌汁 選べるおかず 春雨サラダ みかん缶	ごはん すまし汁 鶏肉の甘酢あんかけ いんげんのピーナツ和え フルーツカクテル
間食	上用まんじゅう ほうじ茶	メープルプチケーキ ぶどうサイダー	プリン	バナナケーキ レモンティー	パウムクーヘン カフェオレ	今川焼き 緑茶
昼食	ごはん もやしの味噌汁 豚肉の香味炒め パンプキンサラダ フルーチェ りんご	ごはん わかめスープ 鶏唐揚げ薬味ソースかけ トマトサラダ パン缶	味噌ラーメン ごはん 蒸し焼売 杏仁豆腐	ごはん すまし汁 選べるおかず さといものゆず味噌かけ フルーツカクテル	ごはん ツナピラフ コンソメスープ 野菜サラダ 黄桃缶	ごはん しめじの味噌汁 白身魚の照り煮 厚揚げの煮物 みかん缶
間食	ドーナツ ミルクティー	もみじまんじゅう ほうじ茶	やわらかおかき のりしお 緑茶	ぶどうゼリー	レモンケーキ サイダー	小倉パン はちみつレモン
昼食	ごはん ポタージュスープ デミグラスハンバーグ ブロッコリーのサラダ ヨーグルト和え 紫芋まんじゅう ほうじ茶					今月の献立(平均) エネルギー：645kcal たんぱく質：21.6g 脂質：17.0g 炭水化物：98.7g 食塩相当量：3.6g

今月の選べるおかずメニュー



3日 火曜日

A: マスの利休焼き

B: 鶏肉のみぞれ煮



11日 水曜日

A: ホキのマヨネーズ焼き

B: 豚肉の甘辛煮



20日 金曜日

A: ホキのポテトサラダ焼き

B: 豚肉のケチャップ炒め

26日 木曜日

A: さわらの南部焼き

B: 鶏肉のトマト煮

献立の内容に変更がある場合がございますのでご了承ください。

マイの話 その17 ~お月見について~

お月見のお供え物

お月見は旧暦の8月15日の十五夜に月を鑑賞する行事で、今年の十五夜は9月17日(火)です。
お月見ではお供え物をする風習があります。代表的な3つのお供え物に込められた意味を紹介します。

すすき



収穫物を災いや悪霊から守り、
豊作を願う

お月見団子



月に見立てたお団子をお供えし
月へ収穫の感謝をする

農作物



収穫したばかりの旬の農作物を
お供えし、収穫の感謝をする

十五夜は空気が澄んで1年で最も月が美しく見える日と言われています。
夜空を見上げて名月の美しさを感じてはいかがでしょうか。

★お知らせ 16日(月)…敬老会御膳 17日(火)…お月見うどん