



# 9月の献立



※食材の入荷により献立が変更になる場合がございます。

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2 (くず餅の日)	3	4	5 (みたらし団子の日)	6	7
昼食	お赤飯 すまし汁 鯖の西京焼き 10品目野菜の塩麹サラダ 果物	ごはん わかめスープ 回鍋肉 さつまいもと昆布の煮物 フルーツカクテル	ハヤシライス コンソメスープ  豆たっぷりサラダ オレンジ	ごはん コンソメスープ しそチーズ巻&野菜コロッケ マカロニと卵のサラダ ヨーグルト	ごはん すまし汁 白身魚のネギみそ焼き 枝豆の和え物 巨峰or黄桃	ごはん コンソメスープ 鮭のクリームソースかけ カリフラワーのマリネ キウイフルーツ	ごはん みそ汁  赤魚のとろろ蒸し 小松菜の煮びたし バナナ
おやつ	アラカルト	くずもち風デザート せんべい	プチケーキ ウエハース	今川焼き せんべい	みたらし団子風デザート 甘納豆	ホワイトミニ マドレーヌ	人形焼き やわらかおかき(きなこ)
	8	9 (重陽の節句)	10	11	12	13	14
昼食	ごはん  みそ汁 野菜豆腐のあんかけ やわらかきんぴら 果物	栗ご飯  菊入りすまし汁 鶏肉の幽庵焼き 切干大根入り卵の花 季節の果物：柿or梨ゼリー	ごはん 中華スープ 八宝菜 さつまいもと昆布の煮物 巨峰or黄桃	ロールパン コンソメスープ 煮込ハンバーグ かに風味スパゲッティサラダ フルーツカクテル	ごはん  中華スープ 芙蓉蟹 おからビーンズ オレンジ	ごはん コンソメスープ シーフードカレー 揚げ茄子とブロッコリーのオリーブ仕立て ヨーグルト	ごはん すまし汁 豚肉の醤油蒸し ひじきの煮物 キウイフルーツ
おやつ	アラカルト	あんドーナツ せんべい	杏仁豆腐 ドーナツ	抹茶ようかん まんじゅう	スイートポテト バームロール	栗カステラ饅頭 せんべい	ぶどうゼリー クッキー
	15	16 (敬老の日)	17 (十五夜)	18	19	20	21
昼食	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐  オニオン&コールスロー 果物 	お赤飯(黒ゴマ) すまし汁 天ぷら(海老・薩摩芋・茄子)と焼売 おくらの胡麻和え メロン&ぶどう	ごはん 鰹汁 豚の梅炒め ツナとマカロニサラダ ヨーグルト	海鮮塩やきそば 中華スープ  ごぼう鶏そぼろ和え オレンジ	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き ゆず醤油和え バナナ	ごはん 中華スープ チンジャオロース(豚) 小松菜のピーナッツ和え 巨峰or黄桃	関西風うどん  さつまいも揚げとキャベツの炒め つぼ漬け フルーツカクテル
おやつ	アラカルト	敬老の日和菓子 せんべい	和菓子：お月見まんじゅう  甘納豆	バームクーヘン ソフトクッキー	ショコラのロールケーキ サブレ	ミルクプリン チョコレート	抹茶ババロア あんドーナツ
	22	23 (秋分の日)	24	25	26	27	28
昼食	ごはん みそ汁 鶏肉の塩こうじ焼き オクラの胡麻和え 果物	ごはん 中華スープ 麻婆茄子 ひじきとくわいのサラダ オレンジ 	ごはん  ロールキャベツのクリーム煮 スパゲッティサラダ フルーツカクテル	ごはん オニオンスープ キーマカレー ブロッコリーガーリックオイル和え 巨峰or黄桃	ごはん たまごスープ タラのチリソース ツナとごぼうのサラダ キウイフルーツ	ごはん みそ汁 ぶり大根 オクラとブロッコリーの湯葉あんかけ バナナ	ごはん みそ汁 鶏肉の唐揚げ 豆たっぷりサラダ ヨーグルト
おやつ	アラカルト	おはぎ風和菓子 甘納豆	ワッフル サブレ	たいやき やわらかおかき(きなこ)	クリームコンフェ チョコレート	ストロベリーゼリー ウエハース	白こしあんまんじゅう せんべい
	29	30	 ◎栄養◎ロメモ◎ <b>くず餅の日</b> 				
昼食	ごはん みそ汁 鯖のおろし煮 春菊の胡麻和え 果物	ごはん コンソメスープ チキンカレー グリーンサラダ オレンジ	<p>               亀戸にある和菓子製造メーカーの船橋屋が「く(9)ず(2)もち」の語呂合わせから記念日として登録されました。                くず餅と言っても関東と関西では全くの別物です。「久寿餅」と書く関東の銘菓は、小麦でんぷんを発酵させて作られます。白色で弾力があり、歯切れが良い食感です。でんぷんのたんぱくな味と製造過程で発酵させているため、ほのかな酸味もあります。                一方、関西ではくずの根のでんぷんから作られます。現代では、葛粉の生産量が少なく高価な為、さつまいもやじゃが芋のでんぷんで作られていることがほとんどです。透明で、ぷるんとした食感でなめらかな口当たりが特徴で、透明感のある見た目から夏のお菓子としても人気です。                フォーライフ桃郷では、昨今の異常な暑さを少しでも和らげられるよう、くず餅の日に「くず餅風デザート」を提供させていただきます。             </p>				
おやつ	アラカルト	いちごムース クッキー					