

# 平成28年 9月

# ～ 月間献立表 ～

月	火	水	木	金	土
<p>《十五夜～中秋の名月》            今年の十五夜は、9月15日です。            『十五夜』は、中秋の名月を鑑賞するほか、収穫を感謝する初穂祭としての意味もありました。            ● 満月のように丸い月見団子と魔除けの力があるとされたススキを供えるのが一般的なお月見スタイルです。</p> 			<p>1 ご飯 汁物            鱈の味噌バター焼き            卵の花            トマトサラダ            ゼリー 香の物</p> <p>405kc た15 脂3 炭70 塩3</p> <p>ごま団子</p> <p>75kc た3 脂0 炭19 塩0</p>	<p>2 夏野菜のカレーライス            汁物            中華風豆腐サラダ            ゼリー</p> <p>541kc た14 脂15 炭84 塩3</p> <p>カステラ</p> <p>95kc た3 脂1 炭21 塩0.1</p>	<p>3 ご飯 汁物            麻婆茄子            車麩の煮物            ツナサラダ            ゼリー 香の物</p> <p>455kc た17 脂7 炭71 塩3</p> <p>フルーツパバロア</p> <p>100kc た2 脂3 炭14 塩0.1</p>
<p>5 ご飯 汁物            赤魚の煮付            ベーコン炒め            胡瓜の生姜和え            ゼリー 香の物</p> <p>442kc た17 脂8 炭65 塩3</p> <p>ヨーグルトゼリー</p> <p>68kc た3 脂2 炭9 塩0.1</p>	<p>6 ご飯 汁物            鮭のフライ            里芋の煮付            辛し和え            ゼリー 香の物</p> <p>478kc た19 脂9 炭72 塩2</p> <p>牛乳寒天</p> <p>66kc た3 脂2 炭7 塩0.1</p>	<p>7 あんかけ焼きそば            汁物            じゃが芋の金平            ごま酢和え            ゼリー 香の物</p> <p>455kc た12 脂11 炭80 塩2</p> <p>蒸しパン</p> <p>119kc た2 脂2 炭22 塩0.2</p>	<p>8 ご飯 汁物            野菜炒め            生揚げと筍煮            冷奴            ゼリー 香の物</p> <p>448kc た11 脂11 炭69 塩2</p> <p>カルピスゼリー</p> <p>76kc た3 脂1.9 炭5 塩0.1</p>	<p>9 ご飯 汁物            鯖の味噌煮            ポテトサラダ            友禅和え            ゼリー 香の物</p> <p>563kc た18 脂15 炭76 塩3</p> <p>羊羹</p> <p>86kc た3 脂0.2 炭17 塩0</p>	<p>10 ご飯 汁物            すき煮            ブロッコリーの蟹あんかけ            梅しそ和え            ゼリー 香の物</p> <p>570kc た18 脂14 炭74 塩4</p> <p>バームクーヘン</p> <p>107kc た3 脂1 炭22 塩0.1</p>
<p>12 ご飯 汁物            ハンバーグ            高野豆腐の炊合せ            彩り千切サラダ            ゼリー 香の物</p> <p>486kc た16 脂8 炭79 塩3.2</p> <p>コーヒーゼリー</p> <p>51kc た0.9 脂1 炭8 塩0</p>	<p>13 ご飯 汁物            鶏肉の照焼            けんちん煮            オクラサラダ            ゼリー 香の物</p> <p>591kc た18 脂20 炭76 塩3</p> <p>杏仁豆腐</p> <p>79kc た3 脂2 炭13 塩0.1</p>	<p>14 ご飯 汁物            魚の野菜あんかけ            南瓜サラダ            生姜和え            ゼリー 香の物</p> <p>539kc た20 脂18 炭70 塩2</p> <p>ミルク葛餅</p> <p>67kc た3 脂2 炭7 塩0.1</p>	<p>15 中華丼            汁物            花野菜の酢味噌かけ            ナムル            ゼリー 香の物</p> <p>470kc た14 脂7 炭79 塩4</p> <p>カスタードプリン</p> <p>175kc た4 脂5 炭26 塩0.2</p>	<p>16 ご飯 汁物            カツ煮            ベーコンとほうれん草炒め            和風サラダ            ゼリー 香の物</p> <p>536kc た14 脂4 炭75 塩3</p> <p>たい焼き</p> <p>89kc た2 脂0 炭19 塩0.1</p>	<p>17 ご飯 汁物            鯖の西京焼き            揚げ出し豆腐            ピーナッツ和え            ゼリー 香の物</p> <p>563kc た22 脂15 炭81 塩2</p> <p>カフェオレゼリー</p> <p>101kc た3 脂7 炭9 塩0.1</p>
<p>19 ご飯 汁物            鮭のマヨネーズ焼き            筍の煮物            ゆかり和え            ゼリー 香の物</p> <p>434kc た12 脂8 炭65 塩2</p> <p>ミルク小豆かん</p> <p>107kc た3 脂1 炭22 塩0.1</p>	<p>20 ご飯 汁物            さんまの蒲焼            豆腐のインド風            酢の物            ゼリー 香の物</p> <p>611kc た22 脂20 炭74 塩4</p> <p>フレンチトースト</p> <p>149kc た5 脂5 炭19 塩0.5</p>	<p>21 カレーライス            汁物            春雨サラダ            ゼリー</p> <p>560kc た12 脂15 炭86 塩4</p> <p>あんみつ</p> <p>76kc た1 脂0.1 炭17 塩0</p>	<p>22 ご飯 汁物            酢豚            ビーフンソテー            もやし中華風            ゼリー 香の物</p> <p>486kc た17 脂10 炭75 塩4</p> <p>サイダーゼリー</p> <p>62kc た1.8 脂0 炭14 塩0</p>	<p>23 ご飯 汁物            魚の煮付            マカロニサラダ            磯和え            ゼリー 香の物</p> <p>445kc た16 脂6 炭70 塩3</p> <p>茶饅頭</p> <p>80kc た2 脂1 炭12 塩0.1</p>	<p>24 ご飯 汁物            豚の生姜焼き            炒り豆腐            わかめサラダ            ゼリー 香の物</p> <p>532kc た13 脂14 炭79 塩2</p> <p>豆乳プリン</p> <p>93kc た2 脂3 炭13 塩0.1</p>
<p>26 とろろそば            肉じゃが            和え物            ゼリー 煮豆</p> <p>567kc た18 脂6 炭94 塩3</p> <p>バームクーヘン</p> <p>107kc た3 脂1 炭22 塩0.1</p>	<p>27 ご飯 汁物            五宝菜            春雨サラダ            なめ茸和え            ゼリー 香の物</p> <p>486kc た14 脂12 炭73 塩3</p> <p>いちごプリン</p> <p>79kc た3 脂4 炭7 塩0.1</p>	<p>28 ご飯 汁物            あじの南蛮漬            車麩の煮物            白和え            ゼリー 香の物</p> <p>489kc た19 脂9 炭71 塩3</p> <p>紅茶ゼリー</p> <p>55kc た1 脂2 炭6 塩0</p>	<p>29 ご飯 汁物            鮭の塩麴焼き            筑前煮            和え物            ゼリー 香の物</p> <p>477kc た25 脂10 炭68 塩2</p> <p>牛乳寒天</p> <p>66kc た3 脂2 炭7 塩0.1</p>	<p>30 三色丼            汁物            厚揚げの煮物            ねぎぬた            ゼリー 香の物</p> <p>568kc た26 脂18 炭71 塩3</p> <p>ごま団子</p> <p>75kc た3 脂0 炭19 塩0</p>	

※ 食材の仕入れ状況によって、献立を変更することがありますのでご承知ください。