

平成29年 9月

～ 月間献立表 ～

月	火	水	木	金	土
<p>【 秋分の日とおはぎ 】</p> <p>春分と同様で昼と夜の長さが等しくなる日です。 「祖先を敬い、亡くなった人をしのぶ日」として、1948年に法律で制定されました。 この前後3日間の期間を『お彼岸』と言い、家族そろってお墓参りに行ったり、 祖先を供養する法会(ほうえ)が、行われたりします。 その時に供えるのが 【おはぎ】。 この季節に咲く萩の花に見立てて作ります。</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>イチゴプリン</p> <p>79kc た3 脂4 炭7 塩0.1</p>	<p>2 かつ丼 中華風豆腐サラダ 小松菜の煮びたし ゼリー 香の物</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>4 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>フルーツババロア</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 天婦羅 里芋の煮付 辛し和え ゼリー 香の物</p> <p>500kc た16 脂11 炭80 塩2</p> <p>牛乳寒天</p> <p>66kc た3 脂2 炭7 塩0.1</p>	<p>7 焼きそば 汁物 じゃが芋の金平 ごま酢和え ゼリー 煮豆</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>11 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 信田巻 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24 脂10 炭75 塩3</p> <p>たい焼き</p> <p>89kc た2 脂0 炭19 塩0.1</p>
<p>18 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>チョコプリン</p> <p>100kc た3 脂5 炭9 塩0.1</p>	<p>19 ご飯 汁物 唐揚げのねぎソース 筍の煮物 ゆかり和え ゼリー 香の物</p> <p>620kc た17 脂18 炭73 塩3</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 ご飯 汁物 酢豚 ビーフンソテー もやしの中華風 ゼリー 香の物</p> <p>486kc た17 脂10 炭75 塩4</p> <p>あんみつ</p> <p>76kc た1 脂0.1 炭17 塩0</p>	<p>22 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>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>おはぎ</p> <p>130kc た5 脂0 炭73 塩3</p>
<p>25 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 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>27 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>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 鮭の塩麹焼き 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>チョコレートケーキ</p> <p>110kc た4 脂7 炭9 塩0.3</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>ずんだ団子</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。