

日	月	火	水	木	金	土
		今年の中秋の名月は、 9月21日(火)です。 長雨の続いた夏でしたが、 きれいなお月さまが見えること を願って...。	 1 ご飯・汁物 冬瓜麻婆 切り昆布の煮物 人参ナムル 香の物・フルーツ	2 親子丼 汁物 大根とがんもの煮物 ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	3 御祝赤飯 プリの照り焼き 法蓮草の白和え 茶碗蒸し 香の物・フルーツ	4 御祝赤飯 赤魚の煮付け 里芋と人参の紅白煮 茶碗蒸し 香の物・フルーツ
行事予定					誕生会 	誕生会 
5	6	7	8	9	10	11
	ご飯・汁物 ミルフィーユカツ 茄子の煮びたし コールスローサラダ 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 お魚ハンバーグ ポテトサラダ 角心の煮物 香の物・フルーツ	ご飯 かき揚げ 小盛そば さつま芋の煮物 香の物・フルーツ	 ご飯 クリームシチュー 大豆の五目煮 胡瓜とオレンジの酢の物 香の物・フルーツ	鮭寿司 汁物 じゃがいものそぼろ煮 キャベツの塩昆布和え 香の物・フルーツ	五目ごはん 汁物 さつま芋のレモン煮 小松菜のなめ茸和え 香の物・フルーツ
行事予定						
12	13	14	15	16	17	18
	ご飯・汁物 鯖の味噌煮 マカロニサラダ いんげんのソテー 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 豚の塩炒め 人参サラダ 法蓮草の和え物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 鶏つくね じゃがいもの煮物 キャベツの和え物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 豚肉と焼き豆腐とネギの味噌煮 ツナサラダ 胡瓜とワカメの酢の物 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ 法蓮草の白半べい和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 豚しゃぶの胡麻ドレ和え トマトのふわ卵 ひじきの煮物 香の物・フルーツ
行事予定						
19	*敬老の日* 20	21 	22	秋分の日  23	24	25
	エビちらし寿司 汁物 里芋と人参の煮物 法蓮草の胡麻和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物  照り焼きチキンおろしソース 切り干し大根 トマトの玉子炒め 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 白身魚のピカタ じゃが芋と人参の煮物 ワカメと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ご飯 ポトフ スクランブルエッグ ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 肉じゃが ピーマンのおかか和え 金時の甘煮 香の物・フルーツ	チキンカレーライス ちくわとピーマンの照煮 キャベツのゆかり和え 香の物 フルーツ
行事予定	敬老会					
26	27	28	29	30		
	ハヤシライス 玉子豆腐 春雨とハムの酢の物 香の物 フルーツ	ご飯・汁物 鶏ももカレー焼き  南瓜の煮物 春雨和え 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 ナゲットタルタル じゃがいもサラダ 小松菜のおひたし 香の物・フルーツ	ご飯・汁物 豚肉の生姜焼き スパゲッティサラダ 法蓮草の卵とじ 香の物・フルーツ	今一度、 感染対策を！	
行事予定						

※食材の都合によりメニューが変更になる場合があります。ご了承下さい。引き続き、朝の検温、マスク着用のご協力を宜しくお願い致します。