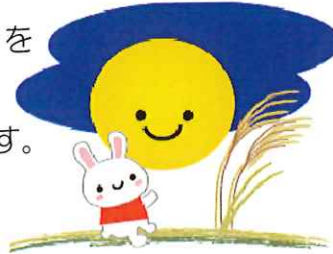


9がつこんだてひょう



☆ 9月29日は十五夜です ☆

日本では旧暦の8月15日の夜（新暦の9月中旬～10月上旬）を十五夜と呼び、秋の作物の収穫に感謝して月見団子やすすき、里芋を供えてお月見をする風習があります。



1日（金）
ごはん すき焼き風煮 野菜かきあげ もやし中華和え フルーツ（パイナップル）

4日（月）	5日（火）	6日（水）	7日（木）	8日（金）
ふりかけごはん（さけ） 白身魚のチリソース 春雨のスープ煮 棒棒鶏 フルーツ（みかん）	カレーライス 鶏肉の唐揚げ シーザーサラダ フルーツ（りんご）	ごはん 五目卵焼き ほうれん草ソテー 野菜きんぴら 小松菜の甘酢あえ フルーツ（黄桃）	ぶどうパン ミニ野菜コロッケ マカロニソテー ラタトゥイユ フレンチサラダ フルーツ（パイナップル）	ごはん 根菜鶏つくね ツナと野菜の炒め物 ジャーマンポテト フルーツ（みかん）
11日（月）	12日（火）	13日（水）	14日（木）	15日（金）
ごはん チンジャオロース 大学芋 もやしと胡瓜のナムル フルーツ（りんご）	りんごパン きのこチャウダー プチハンバーグ 小松菜とベーコンのソテー フルーツ（黄桃）	ごはん 焼肉 インゲンソテー 竹輪の天ぷら 大根サラダ フルーツ（パイナップル）	スパゲティミートソース チーズオムレツ フライドポテト 野菜のごまマヨネーズあえ フルーツ（みかん）	ふりかけごはん（おかか） 油淋鶏 春雨と野菜のソテー かぼちゃのそぼろ煮 フルーツ（りんご）
18日（月）	19日（火）	20日（水）	21日（木）	22日（金）
敬老の日 ごはんとお祝い ハンバーグイタリアンソース スパソテー 温野菜サラダ のり塩ポテト フルーツ（パイナップル）	ごはん ドライカレー チーズはんぺんフライ キャベツとわかめのサラダ フルーツ（りんご）	ふりかけごはん（たまご） 赤魚の照焼き 茎わかめ チキンチキンごぼう マカロニサラダ フルーツ（黄桃）	ごまパン ハムカツ ポイルキャベツ じゃが芋のカントリー煮 ほうれん草のソテー フルーツ（みかん）	
25日（月）	26日（火）	27日（水）	28日（木）	29日（金）
ソース焼そば 春巻 シュウマイ かぼちゃとさつま芋サラダ フルーツ（パイナップル）	ビビンバ 玉子きくらげ炒め いんげんのごま和え フルーツ（りんご）	チョコチップパン 鶏肉のカレー焼き 粉ふき芋 イタリアンサラダ ウイナーソテー フルーツ（みかん）	ごはん 麻婆豆腐 ビーフソテー プチチーズドッグ フルーツ（りんご）	ごはん 豚肉とじゃが芋の揚げ煮 がんも煮 チンゲン菜のおかかあえ フルーツ（黄桃）