

9月分献立表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					カルピス35kcal きのごカレー 千切りスープ ズッキーニのマリネ 白桃缶ヨーグルト 福神漬け 544kcal 3.9g	ココア101kcal 五目ごはん すまし汁 高野豆腐の卵とじ さつま芋のいとこ煮 みかん缶 しば漬け 560kcal 3.5g
					人形焼96kcal	セレクト
	4	5	6	7	8	9
	ぶどうジュース74kcal ごはん 味噌汁 牛肉の甘辛煮 青梗菜のしらす和え りんご缶 ザーサイ 461kcal 5.1g	コーヒー牛乳51kcal ごはん 味噌汁 松風焼き 蓮根のたらこ和え 白花煮豆 青かつば漬け 579kcal 4.0g	イチゴオレ54kcal ごはん ●肉吸い● 赤魚の酒蒸し 冬瓜の吹き寄せ煮 杏仁豆腐 漬物 552kcal 4.8g	マミー69kcal ゆかりごはん 中華スープ 豆腐の中華あん 焼きぎょうざ 黄桃缶 胡瓜の浅漬け 539kcal 3.2g	レモンティー22kcal ごはん すまし汁 蒸し鶏のゴマダレ にんにくの芽の炒め物 ぶどう缶 昆布佃煮 574kcal 4.0g	オレンジジュース57kcal ごはん すまし汁 サバのみそ煮 たまご豆腐 フルーツカクテル 赤かつば漬け 540kcal 4.3g
	鈴カステラ90kcal	ぼたぼた焼き59kcal	ココア蒸しパン158kcal	セレクト	どら焼き72kcal	スイートポテト113kcal
	11	12	13	14	15	16
	ココア65kcal ごはん 味噌汁 カレイの揚げおろし煮 小松菜の精進炒め バナナ しば漬け 494kcal 3.4g	りんごジュース59kcal ごはん 味噌汁 太刀魚の梅肉蒸し えんどう豆のマヨ和え 白桃缶 漬物 568kcal 2.8g	カルピス35kcal ビーフカレー コンソメスープ ツナ入りグリーンサラダ りんご缶ヨーグルト 福神漬け 658kcal 2.9g	野菜ジュース23kcal 赤飯 すまし汁 タラのゆずみそ焼き 根菜の煮物 洋梨カラメル 桜漬け 521kcal 4.2g	イチゴオレ54kcal ピラフ トマトスープ 白身魚のムニエル フロッキーのチーズサラダ 黄桃缶 たくあん 604kcal 3.3g	フルーツジュース73kcal ごはん 味噌汁 鶏肉の治部煮風 かりふろーのおかか和え 赤かつば漬け ぶどう缶 512kcal 3.5g
	かつぱえびせん59kcal	水ようかん65kcal	セレクト	クリームブッセ71kcal	黒糖まんじゅう104kcal	プリン105kcal
	18	19	20	21	22	23
	コーヒー牛乳51kcal ごはん すまし汁 豚肉とお麩のチャンプルー えび入りお豆サラダ パイン缶 つば漬け 552kcal 3.5g	ココア65kcal 菜飯 すまし汁 鶏の唐揚げ ズッキーニのにんにく醤油炒め 杏仁豆腐 昆布佃煮 728kcal 3.4g	マミー69kcal みそラーメン しゅうまい ピリ辛胡瓜 洋梨缶入りピーチセーラー 638kcal 2.5g	りんごジュース59kcal ごはん すまし汁 サワラのねぎ塩焼き パスタサラダ 夏みかん缶 漬物 593kcal 3.7g	オレンジジュース57kcal ごはん 味噌汁 太刀魚の野菜あん 竹輪の甘辛炒め 赤かつば漬け フルーツカクテル 611kcal 4.2g	レモンティー22kcal ごはん すまし汁 鶏肉のきじ焼き もやしのごま酢和え キウイフルーツ 桜漬け 499kcal 3.6g
	セレクト	シュークリーム96kcal	たい焼き88kcal	いちごババロア73kcal	スイスロール60kcal	サラダせんべい68kcal
	25	26	27	28	29	30
	カルピス35kcal ポークカレー コンソメスープ 胡瓜のツナサラダ みかん缶ヨーグルト 福神漬け 707kcal 4.0g	フルーツジュース73kcal ごはん コンソメスープ 鶏肉のトマト煮 ひじきの青じそドレ和え 洋梨缶 たくあん 458kcal 3.1g	ミルクティー42kcal ごはん 味噌汁 ホッケの塩焼き 小松菜の桜えびソテー ぶどう缶 海苔佃煮 536kcal 2.9g	コーヒー牛乳51kcal ごはん すまし汁 筑前煮 いんげんのゴマ和え しば漬け パイン缶 553kcal 3.4g	マミー69kcal ごはん わかめスープ 回鍋肉 セロリのザーサイ和え 杏仁豆腐 つば漬け 610kcal 4.3g	イチゴオレ54kcal ごはん 味噌汁 白身魚フライ かぼちゃの甘煮 青かつば漬け 金時煮豆 578kcal 3.4g
	エクレア64kcal	酒まんじゅう104kcal	メロンフルーチェ184kcal	チーズケーキ50kcal	セレクト	もみじまんじゅう83kcal

<9月6日(水)実施【肉吸い-にくすい-】について>

【肉吸い】とは大阪の郷土料理で、かつおだしと醤油で味付けした汁に牛肉とねぎを入れたお吸い物です。

難波にあるうどん屋さんが発祥とされ、卵かけごはんと一緒に食べることが定番となっている。

また、【肉吸い】を食べれば芸人は売れるという都市伝説もあり、若手芸人が縁起を担ぐために食べるものでもあるようです。皆さんも【肉吸い】を食べれば縁起が良くなるかもしれませんね。



* 今月の14日(木)に敬老の日の行事食を予定しております。