

9

月

の

こ

ん

だ

て

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	ごはん、のっぺい汁じる さかな 魚の胡麻焼き スパゲティサラダ	オムライス やさい 野菜スープ サラダ	ごはん、すまし汁じる ハンバーグ ひんもく 8品目サラダ	ごはん、にら玉汁たまじる ポークチャップ フレンチサラダ	ごはん、みそしる チキンカツ みず 水ようかん
7	8	9	10	11	
ごはん、中華スープちゅうか タンドリーチキン ハムサラダ	ごはん、かきたま汁じる かぼちゃコロッケ コロコロサラダ	ホットドッグ、牛乳ぎゅうにゅう コーンスープ サラダ、ゼリー	ごはん、みそしるさかな 魚のチャンチャン焼き すもの もずくの酢の物	キーマカレー コンソメスープ ちゅうか 中華サラダ	
14	15	16	17	18	19
きぬがさどん くだもの 衣笠丼、果物 じる すまし汁 サラダ	ごはん、みそしる とり 鶏の醤油香り揚げ しょうゆかおあ シーザーサラダ	ごはん、中華スープちゅうか グラタン ごまあ 胡麻和え	さら 皿うどん おにぎり、サラダ ゼリー	ごはん、マカロニサラダ ストラッチャッテラ さかな 魚の味噌チーズ焼き	
中秋の名月 旧暦 8 月 15 日（新暦 9 月 25 日）は中秋の名月。お月見です。暦の上では秋は 7,8,9 月のため、その真ん中にあたる旧暦 8 月 15 日は“中秋”と言われるわけです。旬の野菜や月見団子を縁側に飾り、月の神様に供えて刈り入れ前の稲の豊作を祈ります。			24	25	26
28	29	30	9 月 1 日は防災の日！ 9 月に入るこの季節。台風などの被害が増えるため、9 月 1 日は防災の日になっています。ローリングストック（普段の食品や日用品を多めに買い足し、古いものから日常的に消費すること。）を活かして備蓄品や非常袋の見直しをしましょう！		
タコライス ちゅうか 中華スープ サラダ	ごはん、そうめん汁じる オムレツ ポパイサラダ	ア*カ* or 珍南蛮サ*ト* なんばん ミストローネ、サラダ ゼリー、ジュース			