

9月の予定献立表

月	火	水	木	金
		1 肉野菜炒め 赤魚の西京漬け焼 豆苗の味噌汁	2 チンジャオロースー きゅうりと もずくの酢の物 舞茸の味噌汁	3 鮭のホイル蒸し ブロッコリーの ベーコン炒め すまし汁 グレープゼリー
6 豚丼 しば漬け 小松菜の味噌汁	7 鯖のみそ煮 すき昆布煮 そうめん汁	8 鶏肉のから揚げ 切干大根と 玉ねぎの和え物 寄せ豆腐の味噌汁	9 ハヤシライス コールスローサラダ ワインゼリー	10 麻婆春雨 もやしの和え物 中華スープ
13 肉餃子 ひじきの炒め煮 親子汁	14 鶏肉と野菜の ケチャップ煮 かぼちゃのグラタン わかめの味噌汁	15 さんまの蒲焼き ジャガイモのきんぴら 豚汁	16 きゃべつの甘辛ひき肉丼 オクラのおかか和え キノコと ベーコンのスープ	17 肉うどん 混ぜご飯おにぎり 和なし
20 敬老の日	21 スコッチエッグ ジャーマンポテト しめじの味噌汁 お月見大福	22 三色丼 きゅうちゃん漬け 舞茸汁	23 秋分の日	24 ボウリング 教室
27 肉豆腐 なめこのおろし和え キャベツの胡麻味噌汁	28 鶏肉のホイル包み焼き 小松菜の煮びたし ジャガイモの味噌汁	29 メンチカツ 3色ナムル 春雨スープ	30 ポークカレー ツナサラダ 栗のムース	

2021年のお月見

十五夜・・・ 9月21日（火）

十三夜・・・ 10月18日（月） です。

十五夜＝満月のイメージですが、1～2日ずれることが多くあります。理由は、月と地球の公転軌道の関係で満月になるまでの日数が異なるためです。しかし、今年と、2022年、2023年は、3年連続で

「中秋の“満月”」を拝むことができます。お月見が日本で始まった当初は、イモや豆をお供えしていたようですが、江戸時代になると秋の収穫物である米を使い、団子を作ってお供えするようになったといわれています。