



ゆうあいの郷 予定献立表



一言通信



ゆうあいの郷では、今年も敬老の日のお祝いのお菓子として、おやつ時間に『祝・紅まんじゅう』をご用意いたします。薄紅色のおまんじゅうに『祝』の文字が焼き印されたものです。

おめでたい時に紅色のおまんじゅうを用意するのには、諸説ありますが、以下の様な事も関連しているようです。

おまんじゅうの中に入れるあんこに使う小豆は、昔から厄除けと同時に縁起物とも言われていました。

また、遠い昔は貴族などやんごとなき地位の方々しか食べることができない貴重なお菓子だったようです。

更に、古から紅色はおめでたいことを意味しているそうです。

こうした背景から、紅色のおまんじゅうは縁起物、特別な時に食べられるお菓子となってきたようです。

背景を知ると、食べるのが更に楽しみになってきますね。

*参考：株式会社mihaku HP

ゆうあいの郷
管理栄養士



【今月の行事食】

9月21日(月)

「敬老の日お祝い膳」



・天ぷら盛り合わせ

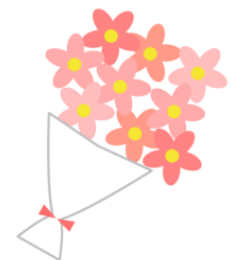
・高野豆腐の煮物

・ほうれん草のゆず風味和え

・クコの実入り小豆ご飯

・味噌汁

・梨



ゆうあいの郷・厨房

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
1	火	がんもの煮物 玉ねぎのボン酢和え ご飯 味噌汁 ふりかけ 牛乳	白身魚のフライ 大豆のトマト煮 青りんごゼリー ご飯 コンソメスープ 漬物	紅葉まんじゅう ほうじ茶	豚肉の生姜焼き風 じゃが芋の煮物 青梗菜のピーナツ和え ご飯 味噌汁
2	水	炒り卵 キャベツのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鶏肉の治部煮風 ほうれん草のソテー コーヒーゼリー ご飯 味噌汁 漬物	吹雪まんじゅう 緑茶	ぶりの照り焼き 白菜と干しエビの煮物 もやしのナムル ご飯 味噌汁
3	木	鶏団子の煮物 小松菜の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	冷やしラーメン 春雨の炒め物 杏仁豆腐 ご飯	バウンドケーキ コーヒー喫茶	豆腐の野菜あんかけ 茄子の土佐煮 おくらサラダ ご飯 味噌汁
4	金	スクランブルエッグ いんげんの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	メバルの煮つけ きんぴらごぼう いちごゼリー ご飯 味噌汁 漬物	大納言カステラ 紅茶	鶏肉の塩こうじ焼き 大根の煮物 海藻サラダ ご飯 和風スープ
5	土	厚揚げの味噌かけ マカロニサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	メンチカツのおろし煮 人参しりしり オレンジゼリー ご飯 味噌汁 ？？？	アイスクリーム (バニラ) ほうじ茶	海老の卵とじ 鶏レバーのしぐれ煮 黒豆もやしのゆかり和え ご飯 すまし汁
6	日	ハムと野菜の洋風煮 スナップエンドウのサラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	鶏肉の甘酢炒め 麩と野菜の煮物 卵豆腐 ご飯 味噌汁 漬物	ストロベリー ババロア ほうじ茶	鯨のパン粉焼き 里芋の煮っころがし ほうれん草のわさびマヨ和え ご飯 すまし汁
7	月	目玉焼き 茄子の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	豚肉とごぼうの煮物 ピーマンの塩昆布炒め 白菜と干しエビの和え物 ご飯 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	黒糖まんじゅう 煎茶	いか団子と野菜の塩炒め 冬瓜のそぼろあん ブロッコリーのサラダ ご飯 中華スープ

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
8	火	高野豆腐の煮物 春雨サラダ ご飯 味噌汁 ふりかけ 牛乳	鶏南蛮うどん 切干大根煮 オニオンサラダ ご飯	オレンジゼリー ほうじ茶	カレイの梅煮 春巻き ひじきの白和え ご飯 味噌汁
9	水	ウィンナーと野菜のソテー 豆サラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	サバの生姜煮 蓮根の塩こうじ炒め 桃ゼリー 栗入り炊き込みご飯 味噌汁	ワッフル (ココア味) 紅茶	豚肉の甘辛炒め さつま揚げの煮物 もやしの和え物 ご飯 味噌汁
10	木	竹輪のソテー カリフラワーのピーナツ和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	肉豆腐 里芋の味噌かけ ほうれん草の和え物 ご飯 すまし汁 フルーツ	どら焼き (カスタード) コーヒー喫茶	白身魚のクリームソースかけ 茄子の炒め物 コールスローサラダ ご飯 コンソメスープ
11	金	厚揚げの煮物 海藻サラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	油淋鶏風 じゃが芋の煮物 青りんごゼリー ご飯 和風スープ 漬物	バームクーヘン (チョコ味) ほうじ茶	千草焼き 麩と野菜の煮物 おくらサラダ ご飯 味噌汁
12	土	魚肉ソーセージと野菜のソテー 切干大根の中華和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	大豆ミートのハンバーグ 人参の甘煮 白菜のサラダ ご飯 味噌汁 漬物	紅茶のロール ケーキ 紅茶	鶏肉のトマトソースかけ 南瓜の洋風煮 スナップエンドウのサラダ ご飯 ポタージュスープ
13	日	炒り卵 スパゲティサラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	豚丼 小松菜の煮びたし ぶどうゼリー 味噌汁	紅葉まんじゅう 緑茶	鯉の味噌漬け焼き ひじきの煮物 きらずサラダ ご飯 すまし汁
14	月	ハムステーキ もやしのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鶏肉の香味ソース 大根の煮物 いちごゼリー ご飯 中華スープ 漬物	どら焼き (こしあん) 煎茶	メバルの幽庵焼き がんもの煮物 茄子のポリ辛和え ご飯 味噌汁

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
15	火	厚揚げの味噌かけ 玉ねぎのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	きのこのキーマカレー ブロッコリーのソテー キャベツとチーズのサラダ 福神漬け フルーツヨーグルト	レモンケーキ ほうじ茶	鯛入りハンバーグ 麩の卵とじ 青梗菜のナムル ご飯 中華スープ
16	水	スクランブルエッグ わかめのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	揚げだし豆腐 いか団子の煮物 小松菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物	🎂お誕生日会 ショコラ ムース 紅茶	豚肉のオニオンソース 根菜の煮物 ピーマンの和え物 ご飯 味噌汁
17	木	卵の花 おくらのサラダ ご飯 味噌汁 ふりかけ 牛乳	あじの蒲焼 さつま芋の煮物 黒豆もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物	バームクーヘン コーヒー喫茶	鶏肉の塩だれ炒め きのこの和風煮 ほうれん草のおかか和え ご飯 和風スープ
18	金	ミートボール カリフラワーのごまマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	豚肉の香味炒め 冬瓜のカニ風味あんかけ 桃ゼリー ご飯 味噌汁 漬物	和栗の マドレーヌ 紅茶	さばのおろし煮 さつま揚げの炒め物 オニオンサラダ ご飯 すまし汁
19	土	竹輪のソテー スナップエンドウのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	きのこの和風スパゲティ 茄子のトマト煮 青りんごゼリー 卵スープ	吹雪まんじゅう 緑茶	肉じゃが キャベツのソテー わかめと干しエビの和え物 ご飯 味噌汁
20	日	目玉焼き 人参サラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	鶏肉の南蛮漬け 里芋の煮っころがし コーヒーゼリー ご飯 味噌汁 漬物	パウンドケーキ ほうじ茶	麻婆豆腐 春雨の炒め物 もやしのサラダ ご飯 中華スープ
21	月	ウィンナーと野菜のカレー炒め カリフラワーのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	🍷敬老の日お祝い膳🍷 天ぷら盛り合わせ 高野豆腐の煮物 ほうれん草のゆず風味和え クコの実入り小豆ご飯 味噌汁 / 梨	祝 紅まんじゅう 煎茶	鶏肉の塩昆布炒め かぼちゃの煮物 いんげんの辛子和え ご飯 和風スープ

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
22	火	がんもの煮物 小松菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	カレイの甘酢あんかけ シュウマイ ぶどうゼリー ご飯 味噌汁 漬物	バームクーヘン (チョコ味) 紅茶	豚肉の山椒焼き 五目豆 ブロッコリーの和え物 ご飯 すまし汁
23	水	スクランブルエッグ もやしと豆苗のサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	きのこ入りそぼろ丼 里芋の味噌煮 白菜のゆかり和え すまし汁	どら焼き (カスタード) ほうじ茶	鱈のタルタル焼き 茄子の煮びたし 人参の白和え ご飯 味噌汁
24	木	いか団子の煮物 マカロニサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	白身魚のバーベキューソース 麩の卵とじ バンバンジー風サラダ ご飯 ポタージュスープ	青りんごゼリー コーヒー喫茶	豚肉のみぞれ煮 ミニコロッケ スタップ・エントウの甘酢和え ご飯 味噌汁
25	金	卵の花 オニオンサラダ ご飯 味噌汁 ふりかけ 牛乳	卵とじうどん 豚レバーの炒め物 青梗菜の和え物 ご飯	黒糖まんじゅう 緑茶	海鮮と春雨の炒め物 さつま芋の甘煮 キャベツのおかか和え ご飯 中華スープ
26	土	炒り卵 人参の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	チキンカレーライス きのこソテー ほうれん草のサラダ 福神漬け フルーツ	ワッフル (カスタード) ほうじ茶	厚揚げとツナの炒め物 ピーマンの和風煮 カリフラワーとチーズのサラダ ご飯 味噌汁
27	日	ハムステーキ キャベツのサラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	鰯の焼きびたし さつま揚げの煮物 卵豆腐 ご飯 味噌汁 漬物	バターケーキ 紅茶	豚肉のスタミナ炒め 切干大根煮 黒豆もやしと干しエビの和え物 ご飯 和風スープ
28	月	目玉焼き 玉ねぎの生姜醤油和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鶏肉の甘酢照り焼き カリフラワーのカニ風味あんかけ 春雨の和え物 ご飯 味噌汁 漬物	ストロベリー ゼリー ほうじ茶	厚揚げと野菜のそぼろ煮 きんぴらごぼう おくらのゆかり和え ご飯 和風スープ

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
29	火	高野豆腐の煮物 ひじきと豆のサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	豚肉と大根の煮物 竹輪の磯辺炒め ピーマンのおかか和え ご飯 味噌汁 フルーツ	どら焼き (こしあん) 緑茶	白身魚のピカタ 小松菜のソテー 南瓜サラダ ご飯 コンソメスープ
30	水	ジャーマンポテト ブロッコリーのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	けんちんそば 茄子の味噌かけ 桃ゼリー ご飯	バームクーヘン 紅茶	鶏肉の甘辛炒め 根菜の煮物 もやしのサラダ ご飯 味噌汁