



献立表

ぷらうらんど
kouminkan ひだか
2024年9月

	月	火	水	木	金
	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
昼	ごはん 魚のきのこ焼き サツマイモの甘煮 味噌汁 デザート	ごはん チキンカツ 白菜のサラダ カレースープ デザート	牛丼 トマトのサラダ 味噌汁 デザート	ごはん ひじきのつくね団子 マカロニサラダ 味噌汁 デザート	ごはん ビーフシチュー 小魚のサラダ デザート
	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日
昼	ごはん 麻婆豆腐 千切り大根のサラダ みそ汁 デザート	ごはん 鮭の塩焼き 五目煮 すまし汁 デザート	ごはん 野菜ラーメン 豆腐のサラダ デザート	ごはん 魚のオランダ揚げ じゃこサラダ 味噌汁	ごはん タンドリーチキン ポテト 夏野菜のスープ デザート
	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
昼	敬老の日	カレーライス コールスローサラダ お月見だんご デザート	ごはん 松風焼き かみかみサラダ 味噌汁 デザート	ごはん 唐揚げ 中華サラダ 味噌汁 デザート	ごはん サバの味噌煮 コロコロサラダ 味噌汁 デザート
	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日
昼	振替休日	ごはん 魚のフライ 中華サラダ すまし汁 デザート	ごはん 茄子とひき肉のパスタ 大根サラダ コンソメスープ デザート	ごはん ハンバーグ ほうれん草のかりかりサラダ 味噌汁 デザート	ごはん コロッケ 白和え 味噌汁 デザート
	9月30日				
昼	鶏丼 春雨サラダ 味噌汁 デザート				

お月見団子

材料

白玉粉	200g
絹ごしとうふ	200g
砂糖	大さじ1

作り方

- ①ボールに材料を全部入れてよくこねる。耳たぶくらいの硬さにして、一口サイズに丸める。
- ②鍋にお湯を沸騰させ、①を入れて浮いてきたら更に2分くらい茹でる。
- ③氷水に上げて冷めたらザルで水気を切る。
- ④お好みで黄な粉やあんこをトッピングする。