

🌐 は世界の料理の日です

9月の献立表

—変更となる場合がございますがご了承ください—

令和5年

日	月	火	水	木	金	土
<p>まだまだ暑い日が続きますが、季節は秋へと向かっています。旬のものをたくさん食べて夏の疲れを吹き飛ばしましょう！</p> <p>今月の世界の料理はポルトガル料理です。ポルトガル人が初めて日本にやって来たのは1543年のこと。それ以降、様々なポルトガル文化を吸収していきました。</p> <p>「かすてら」「かるた」「じょうろ」「てんぷら」もポルトガル語がもとになっています。</p> <p>海に面していることから魚介類の消費が盛んで、日本でも馴染みのある食材が料理に使われます。料理もお菓子も日本人の好むものが多いようです。</p>					<p>1 ご飯 牛柳川風煮 いんげんわさび海苔和え 長芋の煮物</p> <p>赤だし メロン</p>	<p>2 枝豆しらすご飯 冷やしそうめん 和え物 かき揚げ</p> <p>あんみつ</p>
					吹雪饅頭	抹茶しぐれ
<p>3 おにぎり 焼きそば グリーンサラダ から揚げ 五目玉子</p> <p>デザート3種</p>	<p>4 ご飯 ホイコーロー 茄子生姜醤油和え ビーフン炒め</p> <p>もやしスープ りんご</p>	<p>5 ご飯 牛マスタード炒め 白菜かか和え ほうれん草和風煮</p> <p>味噌汁 カルピスゼリー</p>	<p>6 散らし寿司</p> <p>キャベツなめ苺和え はんぺんフライ</p> <p>清まし汁 ダイスゼリー</p>	<p>7 ご飯 魚の焼き南蛮 小松菜しらす和え ぜんまい煮</p> <p>味噌汁 抹茶プリン</p>	<p>8 ご飯 ひろうす 南瓜サラダ ゴーヤ中華炒め</p> <p>味噌汁 洋梨缶</p>	<p>9 ご飯 豚の角煮 青梗菜きのこ和え 冬瓜生姜煮</p> <p>味噌汁 紅茶ゼリー</p>
たい焼き・フライドポテト	紅茶シフォンケーキ	アーモンドスペシャル	クリームコンフェ	ゆめパン	カットロール	焼きドーナツ
<p>10 ご飯 和風ミートローフ オクラゆかり和え キャベツコンソメ煮</p> <p>味噌汁 フルーツ杏仁</p>	<p>11 塩昆布ご飯 きつねうどん ささみ茗荷和え やわらか焼売</p> <p>コーヒーゼリー</p>	<p>12 ご飯 魚のピカタ 玉ねぎマリネ 茄子甘辛炒め</p> <p>味噌汁 りんご缶</p>	<p>13 チキンライス メンチカツ ほうれん草くるみ和え パンネソテー</p> <p>コンソメスープ レモネードゼリー</p>	<p>14 ご飯 鶏のハーブ焼き コールスローサラダ 切干大根煮</p> <p>味噌汁 ミックスフルーツ</p>	<p>15 シーフードカレー</p> <p>盛り合わせサラダ ハムカツ</p> <p>みかんヨーグルト</p>	<p>16 ご飯 魚のコンソメ煮 白菜ごまサラダ ナポリタン</p> <p>味噌汁 ミルクプリン</p>
黒糖饅頭	ゆめパン	きんつば	今川焼き	ポエム	むらすずめ	桃山
<p>17 ご飯 鶏の治部煮 ポテトサラダ スナップソテー</p> <p>味噌汁 ぶどう</p>	<p>18 散らし寿司</p> <p>酢味噌和え 天ぷら盛り</p> <p>清まし汁 栗ようかん</p>	<p>19 ご飯 豚すき煮 大根さっぱり和え いんげんツナ炒め</p> <p>味噌汁 オレンジ</p>	<p>20 ご飯 赤魚山椒煮 白菜甘酢和え チャプチェ</p> <p>赤だし 抹茶プリン</p>	<p>21 生姜ご飯 わかめうどん もずく酢 炒り豆腐</p> <p>メロン</p>	<p>22 ご飯 豚のオイスター炒め ビーフンサラダ 茄子味噌煮</p> <p>味噌汁 ココアムース</p>	<p>23 秋の彩ご飯</p> <p>栗きんとん 蓮根甘辛炒め</p> <p>赤だし 梨</p>
デニッシュ	紅白饅頭	スイートポテト	バウムクーヘン	ミニワッフル	薄皮パン	スティックケーキ
<p>24 天津飯</p> <p>ぜんまいナムル チンジャオロウスー</p> <p>わかめスープ マンゴー缶</p> <p>お月見きんとん</p>	<p>25 ご飯 魚のカレーニエル マカロニサラダ 大根田舎煮</p> <p>コンソメスープ 桃ミックス</p>	<p>26 アローシュド ボルヴォ</p> <p>🌐 ボイル野菜 パステス デ バカリャウ</p> <p>ガルド ヴェルデ カスタードプリン</p>	<p>27 ご飯 鶏の味噌漬け焼き 真砂和え ひじきの炒り煮</p> <p>のっぺい汁 フルーツポンチ</p>	<p>28 握り寿司 巻き寿司 青梗菜おかか和え 南瓜の含め煮</p> <p>赤だし つぶつぶみかんゼリー</p>	<p>29 ご飯 鯖の塩焼き とろろ芋 冬瓜そぼろ煮</p> <p>味噌汁 りんご</p>	<p>30 ご飯 鶏クリーム煮 もやしピリ辛和え アスパラベーコン</p> <p>味噌汁 夏みかん缶</p>
	お月見きんとん	栗カステラ饅頭	たまご饅頭	ブチクレープ	抹茶饅頭	三角蒸し

26日(火)
アローシュド ボルヴォ:タコのご飯
パステス デ バカリャウ:干し蟹のコロッケ
ガルド ヴェルデ:緑のスープ

