

2025年9月度 献立表

(寮生一夕食)
(株)常翔ウエルフェア

エネルギー (kcal)					たんぱく質 (g)					脂質 (g)					炭水化物 (g)					食物繊維 (g)					(寮生一タ食 (株)常翔ウェルフェア																								
月 1日										火 2日										水 3日										木 4日										金 5日									
																																																	
8日										9日										10日										11日										12日									
																																																	
15日										16日										17日										18日										19日									
																																																	
22日										23日										24日										25日										26日									
																														ごはん チキン南蛮 レモンタルタル きのこのネギ塩炒め オクラのおかか和え 具だくさん味噌汁										ごはん 鶏肉の利休焼き 麻婆春雨 胡瓜とわかめの酢の物 玉ねぎとほうれん草の味噌汁 おはぎ									
29日										30日																				エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食物繊維										エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食物繊維									
豚と高菜のピラフ 白身魚の山芋チーズ焼き いんげんの胡麻和え だし巻き卵 わかめスープ										ごはん 黒酢風照り焼きチキン りんご入りポテトサラダ 野菜スープ わらびもち																				874 33.9 29.4 124.7 5										794 32.5 20.2 123.5 5.2									

秋のお彼岸

秋分の日を中日として、前後3日間(合計7日間)の期間を指します。仏教行事で、彼岸(あの世)と此岸(この世)が最も通じやすくなると考えられています。この時期に、故人の冥福を祈り自分たちの幸福を願うとされています。

サラダバー
来月から再開

今月のイチオシメニュー

9月26日(金) 提供メニュー

～利休焼き～
魚や肉の表面に練りごまや炒ったごまで作ったタレを塗り、焼き上げた料理のこと。
安土桃山時代、千利休がごまを使った料理を好んでいたことから、この名前が付けられてと言われています。
他にも利休煮・利休揚げ・利休豆腐などがあります。
ごまには、冷え性の改善や美肌効果◎