

# 今月のmenu 9月の献立

## 旬の食べ物



ぶどうに含まれるポリフェノールは、老化防止やがん予防に効果があるといわれています。

## 持ち帰り お弁当の ご案内



当日デイご利用された方限定

ごはん付 700円  
おかずのみ 600円  
5日前までにお申し込みください

月	火	水	木	金	土
				1	2
				鮭の南蛮漬け かぼちゃ煮付け いんげん胡麻和え	そうめん 卵豆腐 野菜の胡麻和え
4	5	6	7	8	9
肉だんご甘酢あんかけ かぼちゃ煮付け コールスローサラダ	揚げ出し豆腐 肉じゃが 野菜の胡麻和え	かに玉 ひじきの煮付け かぼちゃサラダ	からあげ 切干煮付 春雨サラダ	豚肉生姜焼き さつまいも甘煮 もずく酢の物	鮭のムニエル タルタルソース かぼちゃ煮付け 春雨サラダ
11	12	13	14	15	16
麻婆豆腐 茄子の煮浸し 中華サラダ	酢鶏 さつまいも甘煮 コールスロー サラダ	鮭の照り焼き 野菜と厚揚げの 煮付け サラダ	親子丼 里芋の味噌煮 きゅうりわかめ の酢の物	アジの香味揚げ 茄子の煮浸し 野菜の甘酢和え	ピラフ 鶏肉と春雨の スープ かぼちゃサラダ
18	19	20	21	22	23
ちらし寿司 天ぷら盛り 合わせ 筑前煮 おすまし	<h2>おたのしみおまつりメニュー</h2>				
25	26	27	28	29	30
鮭のホイル焼き 肉じゃが 茹で野菜サラダ	豚の生姜焼き 切干煮付 かぼちゃサラダ	あんかけ うどん コロッケ 煮豆	ぶりの照り焼き ひじきの煮付け きゅうりとわかめ の酢の物	つくねやき いんげんと人参 のバター炒め 中華サラダ	カレーライス 卵豆腐 コールスロー サラダ おすまし

※献立は当日の仕入れ状況により変更になる場合があります。ご了承いただきますようお願い申し上げます。

※上記にごはんとみそ汁が付きます。

デイサービスセンターみねのさと [www.minenosato.com](http://www.minenosato.com)

みねのさと

〒651-1302 神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号 TEL 078-987-0128 FAX 078-987-0709