

★ 9月 そら・こぐま・ゆり 献立表 ★

敬老の日

■鶏のすき焼き風
米
とりにく
たまねぎ
糸こんにゃく
にんにく
キャノーラ油
さとう
濃口しょうゆ
さとう
オクラの和え物
オクラ
にんにく
濃口しょうゆ
さとう
みそ
ふか
カットわかめ
青ねぎ
みそ
だし昆布
削りぶし

■お月見献立
■カレーピラフ
米
鶏ひき肉
たまねぎ
にんにく
パセリ
キャノーラ油
さとう
カレー粉
ブイヨン
■豆腐ハンバーグ
豆腐ハンバーグ
ケチャップ
■コーンサラダ
コーン
たまねぎ
ゆず
マヨネーズ
■スコーン
さとう
ブイヨン
しお

■ミートソースパスタ
ミートソース
パスタ
キャノーラ油
■ミニトマト
ミニトマト
ブロッコリー
にんにく
ブイヨン
しお

■インゲンのおかか和え
インゲン
おかか
濃口しょうゆ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ
みそ