

週間献立表

令和05年8月27日(日)～令和05年9月2日(土)

区分	8/27(日)	8/28(月)	8/29(火)	8/30(水)	8/31(木)	9/1(金)	9/2(土)
朝食	御飯 炒りおから ふりかけ 味噌汁 牛乳 496KC た19 脂15 炭68 塩2.0	御飯 竹輪とふきの煮浸し たいみそ 味噌汁 牛乳 441KC た15 脂9 炭72 塩2.7	パン オムレツ 具沢山スープ ヨーグルト 453KC た17 脂13 炭68 塩3.2	御飯 がんもどきの煮物 ふりかけ 味噌汁 牛乳 467KC た17 脂13 炭69 塩2.4	梅しらす粥 さつま芋の塩昆布炒め めかぶ佃煮 味噌汁 牛乳 398KC た15 脂12 炭57 塩3.4	御飯 五目巾着の煮物 のりつく 味噌汁 牛乳 449KC た15 脂12 炭69 塩1.6	御飯 高野豆腐の煮物 ふりかけ 味噌汁 牛乳 458KC た18 脂12 炭68 塩2.0
昼食	御飯 モウカの粕漬け 茄子と油揚げの炊き合わせ オクラの山葵醤油 すまし汁 529KC た24 脂13 炭73 塩4.1	参加型なごみクッキング ★タコライス★ ほうれん草とコーンのソテー 温玉 コンソメスープ にんじんゼリー  609KC た24 脂22 炭76 塩3.4	御飯 さわらのもろみ焼き 焼竹輪と山菜の炒め 里芋と枝豆のピーナツ和え すまし汁 553KC た29 脂15 炭72 塩4.3	そうめん アスパラと 厚揚げの生姜ダレ炒め 山菜なめこおろし フルーツデザート 543KC た18 脂16 炭78 塩3.9	御飯 白身魚の南蛮漬け つみれとかぼちゃの煮物 アボガドのわさび白和え 味噌汁 596KC た27 脂17 炭80 塩3.7	お赤飯 炒り鶏 ほうれん草とカニカマの炒め もやしの海苔和え 味噌汁 572KC た26 脂19 炭72 塩3.7	御飯 モウカのマスタード焼き 大豆入りひじきの煮物 ブロッコリーの和サラダ 味噌汁 フルーツデザート 555KC た30 脂15 炭81 塩3.0
間食	おやつミックス 88KC た3 脂3 炭13 塩0.1	アイスクリーム 150KC た2 脂9 炭14 塩0.1	カステラ 89KC た2 脂1 炭18 塩0.0	もみじ饅頭 103KC た2 脂2 炭19 塩0.0	レアチーズ風ハハロア 102KC た3 脂4 炭14 塩0.2	ほうじ茶プリン 68KC た1 脂2 炭14 塩0.1	人形焼き 85KC た2 脂2 炭16 塩0.1
夕食	御飯 鶏肉のマーナレード焼き いんげんとツナのカレー風味 ごぼうマヨ和え 味噌汁 616KC た20 脂27 炭71 塩3.1	御飯 太刀魚の利休焼き 車麩とひじきの煮物 菜の花のおろしポン酢 味噌汁 549KC た21 脂18 炭71 塩3.1	御飯 鶏肉の黒酢あん 焼き豆腐の旨煮 中華風ポテトサラダ にらのスープ 533KC た22 脂16 炭73 塩3.2	御飯 ふくさ卵 きんぴらごぼう たくあんの三つ葉和え 味噌汁 454KC た16 脂12 炭67 塩3.3	御飯 豚肉のソース炒め モロヘイヤのスープ煮 トマトサラダ 518KC た19 脂20 炭64 塩2.5	御飯 さばのカレー風味焼き 人参とこんにゃくの炒め煮 白菜の柚子和え 味噌汁 511KC た18 脂18 炭64 塩2.3	御飯 鶏肉の幽庵焼き 三種きんぴら 漬物 味噌汁 478KC た18 脂16 炭63 塩2.4
合計	1729KC た65 脂58 炭224 塩9.3	1749KC た63 脂59 炭233 塩9.3	1628KC た69 脂45 炭231 塩10.7	1567KC た53 脂43 炭233 塩9.6	1614KC た64 脂53 炭216 塩9.8	600KC た60 脂51 炭219 塩7.1	576KC た67 脂45 炭227 塩7.1

♪メモ 仕入れの都合により、献立の一部を変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

〈8月28日の参加型なごみクッキング、タコライスとは?〉

「タコライス」とは、「タコ(タコス)」+「ライス」という名前があらわしているように、タコスの具材をご飯の上
にのせた料理です。そもそも、メキシコ料理である「タコス」とは、スパイシーな味付けの挽き肉と、野菜、チーズなど
を、「トルティーヤ」と呼ばれるとうもろこしを薄くのばして焼いた生地に入れて食べる料理。アメリカの統治下にあっ
た沖縄には、米軍によってタコスが持ち込まれたと考えられています。一方「タコライス」は、沖縄が発祥とされる食べ
物で、一般的には少しピリ辛な味わいが特徴です。今回イベントでは白い御飯の上に、ピリ辛に味付けたひき肉、レタス、
きゅうり、トマト、チーズをお好みでトッピングしてお召し上がり頂きます。是非、お楽しみに♪



週間献立表

令和05年9月3日(日)～令和05年9月9日(土)

区分	9/3(日)	9/4(月)	9/5(火)	9/6(水)	9/7(木)	9/8(金)	9/9(土)
朝食	御飯 魚肉ソーセージと しめじの和風炒め 練り梅 味噌汁 牛乳	御飯 生揚げの煮物 のりつく 味噌汁 牛乳	御飯 ごぼうと貝柱のソース炒め 練り梅 味噌汁 牛乳	パン じゃがいものシーチキン煮 南瓜スープ ヨーグルト	御飯 薩摩煮 のりつく 味噌汁 牛乳	御飯 チャンプル風 ふりかけ 味噌汁 牛乳	粟膳粥 がんと小松菜の煮浸し 漬物 味噌汁 牛乳
	467KC た17 脂13 炭69 塩2.3	475KC た16 脂13 炭71 塩1.3	448KC た13 脂11 炭70 塩2.2	440KC た16 脂10 炭73 塩2.5	481KC た15 脂10 炭79 塩2.0	448KC た17 脂12 炭65 塩1.6	416KC た17 脂14 炭56 塩2.8
昼食	御飯 ミートローフ野菜添え 野菜のコンソメ煮 ごぼうと貝割れのサラダ 味噌汁	御飯 秋刀魚の塩焼き 五目煮豆 きゅうりとトマトの豆板醤和え 味噌汁	牛丼 中華風温奴 さつま芋と蓮根のごまサラダ 具沢山味噌汁	御飯 ぶりのみぞれ煮 野菜こってり炒め モロヘイヤのゆかり和え 味噌汁	御飯 豚肉のトローン炒め かぶと舞茸の煮物 茄子の香味漬け 味噌汁	御飯 あじの南蛮漬け パプリカのおかか煮 オクラの梅マヨ和え 味噌汁	御飯 ホイコーロー 大根のうすくず煮 三種の葱ポン酢和え すまし汁
	578KC た22 脂21 炭73 塩3.1	589KC た24 脂23 炭69 塩3.0	602KC た21 脂24 炭71 塩3.0	558KC た26 脂17 炭70 塩3.0	586KC た21 脂22 炭72 塩2.2	598KC た26 脂20 炭75 塩2.3	603KC た22 脂23 炭73 塩3.3
間食	冷やしぜんざい	カフェオレプリン	どら焼き	にんじんゼリー	クリームパン	フルーツ錦玉	アイスクリーム
	104KC た4 脂0 炭22 塩0.1	78KC た2 脂4 炭10 塩0.0	114KC た3 脂1 炭24 塩0.2	64KC た0 脂2 炭11 塩0.0	68KC た2 脂2 炭10 塩0.1	62KC た0 脂0 炭16 塩0.0	112KC た2 脂7 炭11 塩0.1
夕食	御飯 たらの塩昆布蒸し 里芋の味噌煮 水菜の柚子漬け すまし汁	御飯 鶏肉と野菜ラー油炒め 人参と刻み昆布の煮物 中華和え 味噌汁	御飯 まんだいのネギソースかけ 白菜と油揚げのしぐれ煮風 もずくときゅうりの酢の物 味噌汁	御飯 鶏肉の和風グラタン ズッキーニの和風ソテー 三色サラダ コンソメスープ	御飯 卵のお好み焼き風 筍とアスパラの炒め 切干し大根と糸寒天の和え物 味噌汁	御飯 ウインナービーンズ ほうれん草のバター炒め 和風コールスローサラダ	御飯 カレイの磯辺パン粉焼き きのこのトマト煮 ブロッコリーのごま醤油和え 味噌汁
	418KC た19 脂4 炭75 塩2.8	413KC た21 脂6 炭67 塩2.2	423KC た23 脂6 炭66 塩2.7	530KC た22 脂15 炭77 塩2.8	446KC た17 脂11 炭68 塩3.3	486KC た14 脂15 炭72 塩3.1	434KC た23 脂8 炭70 塩2.8
合計	1567KC た62 脂38 炭239 塩8.3	1555KC た63 脂46 炭216 塩6.5	1587KC た59 脂42 炭230 塩8.1	1592KC た64 脂44 炭231 塩8.3	1581KC た55 脂46 炭229 塩7.6	1594KC た57 脂47 炭228 塩7.0	1565KC た63 脂51 炭209 塩9.0

♪メモ 仕入れの都合により献立の変更を行う場合があります。あらかじめご了承ください。

<豆腐の歴史>

暑いときは冷奴、寒いときは温奴といったように季節に関わらず、楽しめる豆腐。中国で誕生した豆腐ですが、その歴史はあまりにも古く、正確な誕生時期は分かっていません。少なくとも唐の時代(618～907年)の中頃には誕生していたのではないかと考えられています。日本に伝来した時期についても不明な部分が多いですが、寿永2年(1183年)の奈良春日大社の神主の日記に「唐符(豆腐の当て字と考えられている)」という言葉が記載されていたことから奈良・平安時代には日本に伝わっていたと考えられています。その後、精進料理の浸透とともに貴族や武家に伝わり、江戸時代には庶民の食卓にも豆腐が並ぶようになりました。

週間献立表

令和05年9月10日(日)～令和05年9月16日(土)

区分	9/10(日)	9/11(月)	9/12(火)	9/13(水)	9/14(木)	9/15(金)	9/16(土)
朝食	御飯 里芋のそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 牛乳 491KC た17 脂13 炭75 塩1.8	御飯 竹輪といんげんの炒め煮 のりつく 味噌汁 牛乳 456KC た15 脂11 炭72 塩2.4	御飯 切干し大根の煮物 納豆 味噌汁 牛乳 496KC た19 脂13 炭74 塩1.6	御飯 玉ねぎと魚肉ソーセージの カレー炒め ふりかけ 味噌汁 牛乳 451KC た15 脂12 炭70 塩1.9	御飯 スナッフエンドウと 卵の中華炒め のりつく 味噌汁 牛乳 478KC た16 脂14 炭68 塩1.8	御飯 生揚げとかぶのうすくず煮 ふりかけ 味噌汁 牛乳 470KC た17 脂14 炭68 塩1.8	パン 野菜のトマト煮 コンソメスープ ヨーグルト 385KC た14 脂11 炭60 塩3.0
昼食	御飯 白身魚の擬製豆腐 精進炒め煮 蓮根チップのサラダ 味噌汁 フルーツデザート 473KC た19 脂9 炭78 塩2.3	御飯 チーズ入りメンチカツ 絹さやと信田巻きの煮物 野菜たっぷり胡麻サラダ 味噌汁 622KC た10 脂12 炭67 塩3.0	御飯 めばるの煮付け さつま揚げと蓮根の甘辛炒め インゲンと蒲鉾の味噌ドレが すまし汁 フルーツデザート 573KC た29 脂9 炭91 塩3.9	御飯 肉団子の京風煮 きのこのおから炒り煮 枝豆とひじきの和え物 味噌汁 620KC た24 脂17 炭92 塩2.8	御飯 太刀魚の蒲焼き風 里芋饅頭の菊花あん ブロッコリーの山葵和え 味噌汁 562KC た21 脂16 炭69 塩3.7	御飯 鶏肉と茄子の味噌炒め 白菜とエビつみれのあっさり和え アスパラとコーンのサラダ すまし汁 フルーツデザート 576KC た25 脂14 炭85 塩4.0	<p style="text-align: center;">敬老祝賀会</p> 
間食	ごま蒸しパン 220KC た6 脂9 炭30 塩0.1	紅茶ケーキ 62KC た1 脂2 炭10 塩0.1	抹茶寒天黒蜜がけ 38KC た0 脂0 炭10 塩0.0	スイスロール 76KC た1 脂4 炭8 塩0.1	ようかん 66KC た3 脂0 炭13 塩0.0	ココアプリン 80KC た2 脂4 炭11 塩0.1	
夕食	御飯 鶏肉のゆずこしょうバター炒め 茄子の田舎煮 春菊のとろろ昆布和え 味噌汁 436KC た22 脂10 炭63 塩3.1	御飯 モウカのにんにく醤油 野菜の塩麹煮 もやしのピリ辛和え 味噌汁 429KC た20 脂7 炭69 塩3.5	御飯 ポークチャップ 人参のコーンクリーム煮 牛蒡と青ネギのサラダ コンソメスープ 506KC た17 脂16 炭72 塩2.2	御飯 ツナと卵のチーズ焼き かぶのミルク煮 わかめサラダ 味噌汁 479KC た21 脂14 炭66 塩2.4	御飯 鶏肉の七味焼き おろし乗せ 山菜と蒟蒻の炒め煮 えのきとチンゲン菜の和え物 味噌汁 513KC た18 脂18 炭66 塩3.0	御飯 鱈のピーナッツ焼き 野菜の炊き合わせ 切干し大根の甘酢サラダ すまし汁 501KC た21 脂13 炭72 塩2.4	
合計	1620KC た64 脂40 炭245 塩7.3	1569KC た46 脂32 炭218 塩9.0	1613KC た65 脂38 炭246 塩7.7	1626KC た61 脂47 炭235 塩7.2	1619KC た59 脂48 炭216 塩8.5	1627KC た65 脂44 炭236 塩8.3	777KC た32 脂27 炭101 塩5.2

♪メモ 仕入れの都合により献立の変更を行う場合があります。あらかじめご了承ください。

<信田巻きと安倍晴明>

牛蒡や人参などの食材を油揚げで巻いたものを「信田巻き」と呼びますが、なぜこの名前が付けられたかご存知でしょうか。この名前は「信太（信田）の森の伝説」が関係しているといわれています。その昔、大阪府和泉市にある信太の森で、襲われていた白キツネを安倍保名という人物が助けたことから物語は始まります。助けられた恩を返すために美女に化けたキツネは、安倍保名と心を通わせて子供をもうけましたが、キツネであることがばれて信太の森に帰ることになってしまいました。このエピソードとキツネの好物が油揚げであることが結びつき、「信田巻き」という名前になったとされています。ちなみに、安倍保名と白キツネの間に産まれた子供が、かの有名な安倍晴明だといわれています。

週間献立表

令和05年9月17日(日)～令和05年9月23日(土)

区分	9/17(日)	9/18(月)	9/19(火)	9/20(水)	9/21(木)	9/22(金)	9/23(土)
朝食	御飯 ツナじゃが のりつく 味噌汁 牛乳 441KC た15 脂9 炭74 塩1.9	御飯 さつま揚げと パプリカの甘酢炒め ふりかけ 味噌汁 牛乳 483KC た15 脂13 炭74 塩2.0	御飯 とり高野の煮物 練り梅 味噌汁 牛乳 433KC た13 脂9 炭67 塩2.3	パン オムレツ コンソメスープ ヨーグルト 390KC た16 脂12 炭55 塩2.3	御飯 炒り豆腐 のりつく 味噌汁 牛乳 463KC た15 脂13 炭70 塩1.8	御飯 野菜入り炒り卵 ふりかけ 味噌汁 牛乳 477KC た18 脂15 炭65 塩1.7	茶粥 三色いなりと茄子のごま煮 漬物 味噌汁 牛乳 368KC た14 脂11 炭53 塩2.8
昼食	ソース焼きそば 春巻き 小松菜のナムル 卵スープ 590KC た22 脂27 炭62 塩4.4	御飯 さばの味噌煮 チンゲン菜の塩炒め 大根の青のり和え すまし汁 597KC た22 脂25 炭66 塩3.4	御飯 肉団子と栗の秋煮 きのこ入り炒り卵 カリフラワーと ミックスビーンズの和え物 味噌汁 609KC た23 脂19 炭87 塩3.2	御飯 サーモンフライ 洋風野菜の煮物 ごぼうのマヨポンサラダ 味噌汁 601KC た10 脂18 炭75 塩2.2	御飯 鶏肉の照り焼き 南瓜の甘煮 茄子と花ふの生姜醤油 味噌汁 579KC た25 脂18 炭77 塩2.8	御飯 カレイの野菜あんかけ さつまいものレモン煮 カニカマと水菜のわさび酢 味噌汁 フルーツデザート 580KC た27 脂7 炭100 塩2.8	御飯 肉豆腐 キャベツとビーフンの炒め物 春菊のお浸し 味噌汁 627KC た24 脂23 炭78 塩3.1
間食	ラムネゼリー 72KC た0 脂2 炭13 塩0.0	チョコプリン 68KC た2 脂2 炭14 塩0.1	人形焼き 83KC た2 脂2 炭16 塩0.1	ホットケーキ 98KC た2 脂2 炭18 塩0.2	バームクーヘン 100KC た1 脂4 炭14 塩0.1	あんドーナツ 90KC た1 脂3 炭14 塩0.1	おはき 143KC た4 脂1 炭30 塩0.0
夕食	御飯 かに玉 しめじの生姜煮 中華サラダ ほうれん草の中華スープ 479KC た20 脂11 炭72 塩3.2	御飯 鶏肉と里芋の中華あん 蓮根のさっぱり七味炒め いんげんの梅おかか和え 味噌汁 445KC た23 脂8 炭68 塩2.3	御飯 大豆肉でプルコギ風 ふきの土佐煮風 三つ葉と塩昆布の和風サラダ 味噌汁 450KC た20 脂8 炭75 塩2.7	御飯 豚肉の生姜焼き こんにやくの甘煮 セロリの醤油漬け 味噌汁 500KC た17 脂16 炭67 塩2.5	御飯 赤魚の酒蒸し じゃがいもの煮ころがし モロヘイヤの辛子和え 味噌汁 416KC た20 脂3 炭73 塩2.9	御飯 鶏肉のピザ風 パプリカの煮浸し オクラとわかめの和風サラダ 味噌汁 422KC た22 脂7 炭66 塩2.0	御飯 あじの甘露煮風 刻み昆布と アスパラの中華炒め チンゲン菜のなめたけ和え 味噌汁 430KC た19 脂10 炭64 塩2.6
合計	1582KC た56 脂48 炭221 塩9.5	1593KC た61 脂48 炭222 塩7.8	1575KC た58 脂37 炭245 塩8.3	1589KC た45 脂47 炭215 塩7.2	1558KC た61 脂37 炭234 塩7.6	1569KC た68 脂33 炭245 塩6.6	1568KC た60 脂45 炭225 塩8.5

♪メモ 仕入れの都合により献立の変更を行う場合があります。あらかじめご了承ください。

<甘栗は日本の栗じゃない!?!>

栗といえば甘栗を思い浮かべる人も多いのではないでしょうか。日本でも栗は収穫されますが、甘栗とは種類が異なります。甘栗は「中国河北省の燕山山脈付近に自生している栗」と定義されることが多く、日本の栗よりも殻がむきやすく、甘みがあります。ちなみに、「天津甘栗」という名前で売られている栗もありますが、こちらは中国の天津港から日本へ向けて運搬された甘栗を指しています。程よい甘みがある甘栗はそのまま食べられることが最大の特徴です。本場中国では料理にも甘栗が使われますが、日本にはホクホクとした食感と優しい甘みが特徴の日本産の栗（和栗）もあるため、そのまま食べる時は甘栗、料理に使うときは和栗と

週間献立表

令和05年9月24日(日)～令和05年9月30日(土)

区分	9/24(日)	9/25(月)	9/26(火)	9/27(水)	9/28(木)	9/29(金)	9/30(土)
朝食	御飯 蓮根とベーコンのきんぴら 練り梅 味噌汁 牛乳 520KC た15 脂18 炭72 塩2.2	御飯 えびつみれとカブのあんかけ のりつく 味噌汁 牛乳 462KC た16 脂11 炭72 塩2.5	御飯 オクラとツナの炒め物 ふりかけ 味噌汁 牛乳 493KC た19 脂15 炭70 塩2.1	御飯 さつま揚げと白菜の煮浸し のりつく 味噌汁 牛乳 448KC た15 脂9 炭74 塩1.9	パン ジャーマンポテト コンソメスープ ヨーグルト 378KC た13 脂10 炭60 塩2.7	粟膳粥 揚ボールのおかか煮 漬物 味噌汁 牛乳 385KC た15 脂11 炭56 塩3.2	御飯 野菜炒め ふりかけ 味噌汁 牛乳 468KC た16 脂13 炭70 塩2.1
昼食	御飯 ホキの和風チーズ焼き しめじと竹輪の炒め物 かぼちゃのサラダ 味噌汁 フルーツデザート 585KC た30 脂17 炭77 塩2.9	御飯 牛肉のケチャップ炒め 菜の花のさっと煮 海藻サラダ 味噌汁 587KC た24 脂22 炭70 塩3.0	長崎ラーメン 竹輪の2色揚げ わかめとねぎのキムチ和え フルーツデザート 548KC た25 脂9 炭90 塩6.8	御飯 麻婆なす にんにくの芽の山椒炒め ザーサイ和え 豆腐の中華スープ フルーツデザート 590KC た23 脂18 炭84 塩3.6	御飯 ほっけの塩焼き 高野豆腐の五目煮 人参のごまポン酢和え 味噌汁 フルーツデザート 572KC た27 脂13 炭84 塩2.8	御飯 うさぎハンバーグ きのこソース 白菜のスープ煮 切干し大根のサラダ コーンスープ 595KC た22 脂19 炭85 塩3.8	御飯 サワラの粕漬焼き 春雨と海老の中華煮 キャベツの塩だれ 味噌汁 568KC た33 脂15 炭69 塩2.5
間食	ヨーグルトケーキ 62KC た2 脂2 炭10 塩0.1	カステラ 96KC た2 脂1 炭19 塩0.0	オレンジムース 48KC た1 脂1 炭9 塩0.2	小豆蒸しパン 118KC た3 脂2 炭22 塩0.2	おやつバイキング 0KC た0 脂0 炭0 塩0.0	マンゴープリン 66KC た1 脂1 炭1 塩0.1	アイスクリーム 112KC た2 脂7 炭11 塩0.1
夕食	御飯 千草卵 白菜とカニカマのくず煮 椎茸と三つ葉の生姜酢和え 味噌汁 421KC た19 脂9 炭64 塩2.8	御飯 白身魚のみりん漬け 根野菜の旨煮 にらと玉ねぎの辛子酢味噌 すまし汁 425KC た20 脂5 炭71 塩2.9	御飯 鶏肉の味噌バター焼き ヤングコーンのカレー炒め 胡瓜とえのきのごま和え すまし汁 511KC た19 脂18 炭65 塩2.4	御飯 揚げ出し豆腐の きのこあんかけ 白滝のねぎ炒め きゅうりの浅漬け 味噌汁 399KC た10 脂9 炭69 塩2.0	御飯 豚肉とたくあんのピリ辛炒め ひじきとごぼうの煮物 もやしの柚子胡椒和え 味噌汁 489KC た18 脂16 炭64 塩2.3	御飯 家常豆腐 大根のだし煮 ブロッコリーサラダ すまし汁 552KC た18 脂21 炭69 塩2.7	御飯 鶏肉のおろし煮 山菜とぜんまい炒め レタスのさっぱりサラダ 味噌汁 412KC た19 脂8 炭64 塩2.7
合計	1588KC た65 脂45 炭223 塩8.0	1570KC た62 脂40 炭232 塩8.4	1600KC た64 脂44 炭234 塩11.5	1555KC た51 脂37 炭250 塩7.7	1439KC た58 脂39 炭208 塩7.8	1598KC た56 脂52 炭211 塩9.8	1560KC た70 脂42 炭214 塩7.4

♪メモ 仕入れの都合により献立の変更を行う場合があります。あらかじめご了承ください。

＜中秋の名月＞

今年の中秋の名月は9月29日(金)です。中秋の名月とは太陽太陰暦の8月15日に見える月を指しており、その年によっては満月出ない年もあります。今年が中秋の名月の日は満月なので、天気が良ければぜひ空を見上げて、月を愛でて頂ければと思います。中秋の名月は中国から来た風習とされていますが、日本ではの農業の行事と結びつき、地域によっては里芋をお供えするため「芋名月」とも呼ばれます。お月見といえばお団子が定番ですが、いづみの里では、「月＝うさぎ」ということで、昼食にうさぎの形をしたハンバーグを提供いたします。うさぎのハンバーグを食べながら、夜空に浮かぶ満月を思い浮かべ、季節の移ろいを感じてみてはいかがでしょうか。