

9月

おしながき

カロリー

おやつ

9月の小話

『台風一過秋の空』とはよく言いますが、まだ暑い日は続きそうですね。

『暑さ寒さも彼岸まで』とも言い、今年の9月のお彼岸は23日とまだかなり先です。昔の人は暮らしの知恵や先人たちの経験で現代の科学力に匹敵、いやそれ以上の知識がありますね。

今月はお彼岸の翌日24日にあるお月見にちなみ、月と地球の関係についての小話です。月の満ち欠けと潮の満ち引きの関係について…。これは月の引力によるもので難しい説明は省きますが、月が満月と新月の時に大潮となり、その中間が小潮となります。そして、この他にもこの月の満ち欠けが他に影響させるものがいくつか確認されています。ウミガメの産卵は必ず満月の日である事や実は虫も満月の日に産卵するとも言われています。さらに私達、人間にも沢山の影響を与えている研究結果が今や沢山報告されています。というところで続きは次回にしますね(笑)月が及ぼす力…。なんか神秘的ですね。

1	土	酢豚風 もやしの炒め物 オクラのポン酢和え 味噌汁	524	人形焼き
2	日			
3	月	回鍋肉 大根の煮物 春雨サラダ 味噌汁	553	抹茶プリン
4	火	いわしハンバーグ ひじきの煮物 ぬた和え 味噌汁	566	プチケーキ
5	水	牛肉のしぐれ煮 青梗菜の中華炒め 大根なます 味噌汁	457	ムーンライト
6	木	チキンカレー キャベツのサラダ フルーツ缶 福神漬け	513	どら焼き
7	金	麻婆豆腐 餃子 かぼちゃのごま和え 味噌汁	499	イチゴゼリー
8	土	きつねうどん さつまいも天 白菜の昆布茶和え	356	饅頭
9	日			
10	月	鶏肉の吉野煮 きんぴらごぼう オクラのポン酢和え 味噌汁	488	饅頭
11	火	炒飯 蒸し焼売 フルーツ 中華スープ	483	プリン
12	水	鱈のムニエル 春雨の炒め物 大根サラダ 味噌汁	432	カスタードケーキ
13	木	豚肉生姜焼き 大豆と昆布の煮物 小松菜の磯和え 味噌汁	575	源氏パイ
14	金	炊込みご飯 かぼちゃの天麩羅 ブロッコリーのサラダ 味噌汁	442	人形焼き
15	土	鶏の唐揚げ 高野豆腐の煮物 オクラのツナ和え 味噌汁	699	ドーナツ
16	日			
17	月	焼肉風 大豆の煮物 大根なます 味噌汁	568	パウムクーヘン
18	火	鯖の梅干し煮 なら玉風炒り卵 小松菜のごま和え 味噌汁	554	どら焼き
19	水	チャプチェ 冬瓜の海老あんかけ インゲンの練りごま和え 味噌汁	618	水ようかん
20	木	白身魚の海老チリ風 ジャーマンポテト アスパラのサラダ 味噌汁	699	リンゴゼリー
21	金	散らし寿司 茄子の揚げ浸し ほうれん草の柚子和え すまし汁	439	ムーンライト
22	土	コロッケ 切干大根の煮物 白菜の昆布茶和え 味噌汁	563	饅頭
23	日			
24	月	秋刀魚の煮付け アスパラソテー ポテトサラダ 味噌汁	619	カスタードケーキ
25	火	ハンバーグ 海老団子の煮物 青梗菜のナムル 味噌汁	657	人形焼き
26	水	豚肉と野菜の旨煮 ビーフン炒め 胡瓜の酢の物 味噌汁	520	プチケーキ
27	木	白身フライ 大根の煮物 卵豆腐 味噌汁	601	ドーナツ
28	金	冷やし素麺 さつまいも天 インゲンのツナ和え	419	ロアンヌ
29	土	豚肉生姜焼き 揚げ出し豆腐 春雨の酢の物 味噌汁	553	マンゴープリン
30	日			

