



日	献立名	食品名			おやつ
		からたをつくる	熱や力のもとになる	かわっての手をここのえる	
1 (土)	ミートオムレツ わかめスープ・パイナップル	豚ひき肉 たまご わかめ	ごはん	玉ねぎ 人参 コーン缶 ピーマン えのきだけ パイナップル	お菓子 スキムミルク
3 (月)	かすみ揚げ・添え野菜 豆腐の味噌汁・オレンジ	魚肉ソーセージ 竹輪 たまご 豆腐	ごはん 油 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス トマト えのき 白菜 オレンジ	焼きだんご スキムミルク
4 (火)	親子丼・シルバーサラダ みかんゼリー	鶏肉 たまご ロースハム	ごはん 春雨 マヨネーズ	玉ねぎ ねぎ きゅうり みかん缶	お菓子 スキムミルク
5 (水)	鮭のちゃんちゃん焼き そーめん汁・バナナ	鮭 かまぼこ	ごはん パター そうめん	キャバツ 人参 しめじ 玉ねぎ こねぎ バナナ	白玉ドーナツ スキムミルク
6 (木)	酢どり・もやしのスープ りんご	鶏肉	ごはん じゃが芋 油	人参 玉ねぎ ピーマン 椎茸 もやし えのき こねぎ りんご	お菓子 スキムミルク
7 (金)	すき焼き風煮 かきたま汁・リゴジュース	牛肉 豆腐 たまご	ごはん しらたき うどん	人参 白菜 えのきだけ 玉ねぎ こねぎ	☆焼きおにぎり
8 (土)	照り焼きチキン マカロニサラダ・のり汁	鶏肉 ツナ缶 たまご 豆腐 かまぼこ	ごはん マカロニ マヨネーズ 青のり	きゅうり コーン缶	お菓子 スキムミルク
10 (月)	カズキと大豆の甘辛煮 しめじの味噌汁・キウイ	かじき 大豆 油揚げ	ごはん かたくり粉 油	レタス トマト しめじ 玉ねぎ 大根 こねぎ キウイ	ロールケーキ
11 (火)	鶏肉とコーンのソテー ビーフンスープ・パイナップル	鶏肉 かまぼこ たまご	ごはん ビーフン	コーン缶 玉ねぎ ピーマン 人参 白菜 パイナップル	お菓子 スキムミルク
12 (水)	コロッケ・添え野菜 わかめの味噌汁	豚ひき肉 卵 豆腐 わかめ	ごはん じゃが芋 パン粉 小麦粉 油	玉ねぎ 人参 キャバツ トマト しめじ なす	ジャムサンド スキムミルク
13 (木)	豚肉と根菜のみそ煮 卵スープ・バナナ	豚肉 厚揚げ 卵	ごはん 里芋 こんにゃく	大根 人参 ごぼう れんこん 玉ねぎ コーン缶 こねぎ バナナ	お菓子 スキムミルク
14 (金)	おみせやさんごっこ	カレーライス (トッピング祭り)、お楽しみサラダ、ジュース			☆じゃこトースト スキムミルク
15 (土)	なます・納豆・味噌汁 オレンジ (報恩の日)	油揚げ 納豆 豆腐	ごはん ごま	人参 大根 えのき 白菜 こねぎ オレンジ	お菓子 スキムミルク
18 (火)	切干大根の炒め 豚汁・バナナ	さつま揚げ たまご 豚肉 厚揚げ	ごはん 里芋 こんにゃく	切干大根 人参 ピーマン ごぼう 大根 こねぎ バナナ	お菓子 スキムミルク
19 (水)	魚の竜田揚げ・ポテトサラダ 春雨スープ	さば たまご	ごはん じゃが芋 春雨 かたくり粉 油	きゅうり 人参 しょうが コーン レタス 白菜	チョコチップマフィン
20 (木)	ピクニック保育	愛情弁当の日			
21 (金)	パン・マカロニシチュー サラダ・パイナップル	鶏肉	コッパン マカロニ じゃが芋 オリーブ油	人参 玉ねぎ キャバツ きゅうり りんご パイナップル	☆クッキー スキムミルク
22 (土)	わかめうどん パンバンジー・キウイ	たまご かまぼこ わかめ 鶏ささみ	ごはん うどん ごま	きゅうり トマト キウイ	☆半日保育☆
25 (火)	鶏肉と大豆のうま煮 野菜と卵のスープ・りんご	鶏肉 大豆 たまご	ごはん ごま油 わかめ じゃが芋	人参 大根 しょうが えのき 玉ねぎ りんご	お菓子 スキムミルク
26 (水)	さつま芋ご飯・魚の味噌漬焼 大根のサガ・きのこのスープ	かれい かにかま	ごはん さつまいも ごま マヨネーズ	大根 きゅうり えのき しいたけ しめじ 人参 こねぎ	豆腐ドーナツ スキムミルク
27 (木)	誕生日会	おにぎり・鶏肉のから揚げ・スパゲティサラダ・ポテト・花ふ汁・お月見ゼリー			お菓子 スキムミルク
28 (金)	豚肉のしょうが焼き 豆腐のスープ・バナナ	豚肉 豆腐	ごはん	玉ねぎ しょうが ピーマン 人参 レタス えのき こねぎ バナナ	牛乳ふくれ スキムミルク
29 (土)	麻婆春雨 キャバツの味噌汁・ゼリー	豚ひき肉 油揚げ	ごはん 春雨	玉ねぎ たけのこ ピーマン 人参 しめじ キャバツ	お菓子 スキムミルク

9月に入っても暑い日が続いて  
います。夏の疲れも出てくる時  
期ですので、規則正しい食生活  
で体調を整えましょう。これから  
秋となり、たくさんの食材が旬  
を迎えます。おいしく食べて  
残暑を乗り切りましょう!!

クッキング・活動のおしらせ

⑦ すみれぐみ  
⑭ さくらぐみ  
⑲ ひまわりぐみ

詳しくは  
"もぐもぐだより"に  
てお知らせします

(おしらせとおねがい)

- ☆ すみれ・ひまわり・さくらぐみさんに  
毎日お箸を持たせて下さい。
- ☆ 14日のおみせやさんごっこでは  
さくらぐみさんがカレー屋さんに  
チャレンジします。
- ☆ 20日は愛情弁当の日です。お弁当と  
おやつの準備をお願いします。

\*都合により献立が変更になる場合た  
ありますのでご了承ください。  
\*カミカミメニューは☆印です。