



# 9月予定献立表



日	行事	献立名	おもな調理法	食品名				おやつ	
				からだをだつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前(未満児)	午後
1 (水)		ご飯/チキンカツ 豚汁 りんご	揚	鶏にく たまご 豚肉 厚揚げ 麦みそ	こめ/小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 里芋 こんにゃく	レタス トマト 人参 ごぼう 大根 ねぎ りんご	こしょう ケチャップ	牛乳 クッキー	スキムミルク シュガートースト
2 (木)	クッキング(すみれ)	ご飯/手作りぎょうざ 中華スープ パイナップル	蒸し焼	豚ひき肉 かまぼこ たまご	こめ/かたくり粉 餃子の皮 ごま油	キャベツ 人参 しいたけ にら レタス 人参 玉ねぎ しめじ コーン 深ネギ もやし パイナップル	酢 濃口醤油 中華だし	牛乳 スティックゼリー	スキムミルク うさぎの スイートポテト
3 (金)	ピクニック保育	愛情弁当の日 ※お弁当とおやつのご準備をお願いします							
4 (土)		ご飯/凍豆腐の卵とじ もやしのスープ バナナ	煮	凍り豆腐 さつまいも たまご パン粉に粉チーズ をまぶしています	こめ/ 三温糖 油	人参 ピーマン 人参 もやし えのき ねぎ バナナ	淡口醤油 コンソメ	牛乳 ビスコ	スキムミルク ◎せんべい
6 (月)		ご飯/はんぺんのチーズフライ かぼちゃの味噌汁 オレンジ	揚	はんぺん たまご 粉 チーズ 厚揚げ 麦みそ しいりこ 南瓜	こめ/小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ	レタス トマト 玉ねぎ しめじ ねぎ オレンジ	こしょう ケチャップ	牛乳 ビスケット	スキムミルク スコーン
7 (火)		パン/マカロニシチュー ゴマネーズ バナナ	煮	鶏にく ツナ缶	パン/マカロニ じゃがいも 油 ごま マヨネーズ	玉ねぎ 人参 大根 人参 きゅうり バナナ	クリームシ チュー	牛乳 せんべい	スキムミルク ☆焼きおにぎり
8 (水)		ご飯/魚のごま味噌焼き ポテトサラダ 春雨スープ/キウイ	焼	かれい 麦みそ たまご しいりこ	こめ/ごま 三温糖 じゃが芋 マヨネーズ 春雨	きゅうり 人参 コーン レ タス 玉ねぎ 人参 白菜/キウイ	こしょう 淡口醤油	牛乳 バナナ	スキムミルク メロンパン トースト
9 (木)		ご飯/チキンのトマトチーズ焼き じゃが芋の味噌汁 ゼリー	焼	鶏にく 油揚げ 麦みそ しいりこ	こめ じゃが芋 ゼリー	トマト ピーマン 玉ねぎ しめじ ねぎ	こしょう	牛乳 クッキー	フルーツ ヨーグルト ◎ビスケット
10 (金)	誕生会	三色丼 ポトフ風スープ うさぎロールケーキ	炒	鶏ひき肉 たまご ウィンナー 鶏肉 たまご クリーム	こめ 三温糖 じゃが芋 小麦粉 チョコペン	ほうれん草 しょうが 人参 大根 玉ねぎ ブロッ コリー りんご	濃口醤油 コンソメ	牛乳 せんべい	スキムミルク アメリカンドッグ
11 (土)		五目ビーフン けんちん汁 バナナ	炒	豚ひき肉 たまご 鶏もも 豆腐	こめ/ビーフン 油 こんにゃく 片栗粉	人参 玉ねぎ ピーマン 大根 人参 ごぼう ねぎ バナナ	淡口醤油 み りん 淡口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク ◎クッキー

日中はまだ暑さが残りますが、実りの秋がやってきました。秋の味覚にはさつまいも・サンマ・ブドウ・梨・新米などたくさんの食材があります。旬の食材で栄養を取り、水分補給や休養を取りながら元気に秋を迎えましょう！

### (お知らせとお願い)

- ☆3日はピクニック保育です。お弁当とおやつのご準備をお願いします。
- ☆10日は誕生会です
- ☆17日はおみせやさんごっこです。給食の準備はさくらぐみさんが行います！



- ※3時のおやつ◎マークは市販のお菓子です。
- ※0才児の給食・おやつは離乳食の進み具合や月齢に応じて提供しています。
- ※☆マークはカミカミメニューです。
- ※👩🏫マークは食育活動です。
- ※予定献立表は裏面に13日から30日までを記載してあります。
- ※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



### 食育活動のお知らせ (予定献立表の👩🏫マーク)

- \*9月はさくらぐみ・すみれぐみです\*
- 2日 すみれぐみ (うさぎのスイートポテトづくり)
- 17日 さくらぐみ (おみせやさんごっこ&クレープづくり)





日	行事	献立名	おもな調理法	食品名				おやつ	
				からだをだつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前(未満児)	午後
13 (月)		ご飯/塩麴のチキンソテー ほうれん草のピーナッツ和え 豆腐の味噌汁/オレンジ	焼	鶏肉 ピーナッツ 豆腐 麦みそ いりこ	こめ 三温糖	ほうれん草 コーン えのき 白菜 こねぎ/オレンジ	塩麴 濃口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク ☆きなこパン
14 (火)		ご飯/サバとポテトの甘酢あん わかめスープ パイナップル	揚	さば わかめ たまご いりこ	こめ/じゃが芋 片栗粉 油 三温糖	レタス えのき 人参 玉ねぎ しめじ パイナップル	酢 ケチャップ 濃口醤油 淡口醤油	牛乳 ゼリー	スキムミルク スティックパイ
15 (水)		ご飯/牛肉とごぼうの煮物 キャベツの味噌汁 バナナ	煮	牛肉 厚揚げ 油揚げ いりこ 麦みそ	こめ/しらたき 油 ごま 三温糖	ごぼう 人参 キャベツ えのき 玉ねぎ こねぎ バナナ	淡口醤油 濃口醤油	牛乳 クッキー	スキムミルク かるかん
16 (木)	報恩の日	ご飯/豆腐コロッケ きのこのスープ りんご	揚	豆腐 いりこ 麦みそ	こめ/じゃが芋 小麦粉 パン粉 油 バター	玉ねぎ キャベツ コーン しいたけ しめじ 人参 えのき こねぎ 玉ねぎ りんご	濃口醤油 みりん こしょう ソース 淡口醤油	牛乳 バナナ	スキムミルク ココアマフィン
17 (金)	お店やさ んごっ こ・ クッキング さくら	おにぎり/みそラーメン グリーンポテト フルーツゼリー	煮	豚ひき肉 鶏ガラ みそ 青のり	こめ/中華麺 三温糖 じゃがいも 油 マヨネーズ ゼリーの素	キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ コーン にんにく 生姜 みかん モモ缶		牛乳 せんべい	スキムミルク ♡クレープ
18 (土)		ご飯/ミートオムレツ マカロニサラダ やさいスープ	焼	豚ひき肉 たまご ロースハム	こめ/油 マカロニ マヨネーズ ベーコン	玉ねぎ 人参 コーン ピーマン レタス きゅうり 玉ねぎ 人参 キャベツ	こしょう ケチャップ コンソメ	牛乳 野菜バー	スキムミルク ◎動物カステラ
20 (月)	祝日	<b>敬老の日</b>							
21 (火)		ご飯/お好み焼き わかめの味噌汁 オレンジ	焼	豚肉 えび たまご 青のり かつお節 わかめ 豆腐 いりこ 麦みそ	こめ/小麦粉 油 長いも マヨネーズ じゃが芋	キャベツ 人参 ピーマン しめじ えのき 人参 オレンジ	だし ソース	牛乳 バナナ	スキムミルク フレンチトースト
22 (水)		おにぎり/肉うどん なます バナナ	煮	豚肉 たまご いりこ 油揚げ いりこ 麦みそ	こめ/うどん ごま 三温糖	玉ねぎ こねぎ 人参 大根 バナナ	みりん 淡口醤油 酢 淡口醤油	牛乳 クッキー	スキムミルク おはぎ
23 (木)	祝日	<b>秋分の日</b>							
24 (金)		ご飯/鮭の塩焼き コールスローサラダ そーめん汁/キウイ	焼	鮭 ロースハム かまぼこ いりこ	こめ/ マヨネーズ そうめん	キャベツ きゅうり 人参 コーン 人参 こねぎ	食塩 こしょう 淡口醤油	牛乳 スティックパン	スキムミルク マーブルケーキ
25 (土)	半日保育	ご飯/肉豆腐 じゃが芋とキャベツのスープ バナナ	煮	豚肉 豆腐 たまご	こめ/油 三温糖 じゃが芋	玉ねぎ 人参 えのき キャベツ バナナ	濃口醤油 コンソメ	せんべい	/
27 (月)		ハヤシライス 果菜サラダ リンゴジュース	煮	牛肉 ロースハム	こめ じゃが芋 油 マヨネーズ リンゴジュース	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり 人参 りんご パイン缶	ハヤシルウ こしょう	牛乳 ウエハース	スキムミルク ◎えびせん
28 (火)		ご飯/豚肉と根菜のみそ煮 青のりのすまし汁 パイナップル	煮	豚肉 厚揚げ みそ 豆腐 青のり かまぼこ いりこ	こめ/こんにゃく 三温糖 油	大根 人参 ごぼう れんこん えのき パイナップル	濃口醤油 淡口醤油	牛乳 クッキー	スキムミルク きなこマカロニ
29 (水)		ご飯/ミートボール ほうれん草スープ キウイ	揚	豚ひき肉 たまご たまご いりこ	こめ/パン粉 油 スパゲティ 三温糖 じゃが芋	玉ねぎ ほうれん草 コーン 人参 えのき キウイ	ケチャップ 濃口醤油 淡口醤油	牛乳 チーズパン	スキムミルク フルーツパフェ
30 (木)		ご飯/チキン南蛮(タルタル) コーンスープ バナナ	揚	鶏肉 たまご いりこ たまご	こめ/小麦粉 油 マヨネーズ 片栗粉	玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 クリーム・コーン缶 人参 玉ねぎ バナナ	淡口醤油	牛乳 せんべい	スキムミルク シュークリーム

肉や卵を使わないコロッケです

※報恩の日は肉・魚・卵等使わないメニューです

