

9月 献立予定表

愛児園平川保育所 (2023年度)

日	曜日	午前の おやつ	献 立	<あか> 体を丈夫にする	<きいろ> 強い力をつくる	<みどり> 病気から守ってくれる	午後のおやつ
1	金	牛乳 チーズ	梅ごはん/鶏肉のコンソメ炒め ひじきサラダ/じゃが芋の味噌汁/果物	とりにく はむ	こめ じやがいも	うめ ひじき きゅうり にんじん こーん たまねぎ きやべつ こまつな	フルーツゼリー 菓子
2	土	お茶 菓子	牛丼/たたききゅうり 豆腐の味噌汁/果物	ぎゅうにく とうふ	こめ こんにゃく	たまねぎ ごぼう にんじん きゅうり だいこん わかめ ねぎ	お茶 菓子
4	月	牛乳 菓子	わかめごはん/豚肉の甘がら炒め オクラのごま和え/ごぼうの味噌汁/果物	ぶたにく あぶらあげ	こめ ごま ふ	わかめ おくら きゅうり にんじん ごぼう だいこん ねぎ	牛乳/パイン ヨーグルトケーキ
5	火	牛乳 いりこ	パン/コロッケ トマトサラダ/コンソメスープ/果物	あいびきにく たまご	ぱん ぱんこ じやがいも	たまねぎ とまと れたす わかめ きやべつ もやし にんじん こまつな	牛乳/バナナ きな粉マカロニ
6	水	牛乳 菓子	ゆかりごはん/鮭の照り焼き 南瓜サラダ/なすの味噌汁/果物	さけ べーこん とうふ	こめ ふ	かぼちゃ きゅうり こーん なす たまねぎ ねぎ	フルーツゼリー 菓子
7	木	牛乳 いりこ	白ごはん/鶏肉の味噌煮 きやべつの磯和え/そうめん汁/果物	とりにく かまぼこ	こめ そうめん	しようが きやべつ にんじん こまつな あおのり だいこん しめじ えのき ねぎ	牛乳/オレンジ チーズパン
8	金	牛乳 チーズ	きのこごはん/豚肉のピカタ 切り干し大根の酢の物/味噌汁/果物	ぶたにく たまご しらす	こめ ごま じやがいも	きのこ きりばしだいこん きゅうり にんじん きやべつ わかめ ねぎ	牛乳/パイン 豆腐ドーナツ
9	土	お茶 菓子	チャーハン/たたききゅうり 豆腐スープ/果物	あいびきにく とうふ	こめ びーふん	たまねぎ にんじん こーん きゅうり きやべつ もやし こまつな	お茶 菓子
11	月	牛乳 菓子	白ごはん/魚の味噌マヨ焼き きやべつの梅和え/すまし汁/果物	さかな あぶらあげ	こめ ふ	きやべつ にんじん こまつな うめ だいこん しめじ えのき ねぎ	牛乳/梨 さつま芋蒸しパン
12	火	牛乳 いりこ	栗ごはん/鶏肉の磯辺焼き 春雨の酢の物/ごぼうの味噌汁/果物	とりにく たまご かにかま	こめ くり はるさめ	あおのり きゅうり ごぼう たまねぎ にんじん もやし ねぎ	牛乳/バナナ ジャムサンドイッチ
13	水	牛乳 チーズ	白ごはん/魚のから揚げ もやしのおかか和え/里芋の味噌汁/果物	さかな かつおぶし	こめ さといも からあげこ	もやし にんじん にら だいこん しめじ えのき ねぎ	フルーツゼリー 菓子
14	木	牛乳 バナナ	パン/クリームシチュー ワインナー/レタスサラダ/果物	ぶたにく ういんなー	ぱん じやがいも	たまねぎ にんじん ぶろっこりー れたす ひじき こーん とまと	牛乳/パイン 南瓜クッキー
15	金	牛乳 いりこ	ませごはん/鶏肉の照り焼き もずくの酢の物/南瓜の味噌汁/果物	あぶらあげ とりにく	こめ こんにゃく	ごぼう ほししいたけ にんじん もずく きゅうり とまと かぼちゃ たまねぎ ねぎ	牛乳/バナナ クラッカーサンド
19	火	牛乳 バナナ	パン/ポークチャップ レタスサラダ/チキンスープ/果物	ぶたにく とりにく	ぱん	れたす ひじき こーん にんじん もやし しめじ えのき こまつな	お茶/りんご さつま芋のバター焼き
21	木	牛乳 菓子	カツカレー さっぱりサラダ/果物	ぶたにく たまご あいびきにく	こめ ぱんこ じやがいも	たまねぎ にんじん きゅうり わかめ ぶろっこりー とまと	牛乳/りんご ホットケーキ
22	金	牛乳 いりこ	白ごはん/鶏肉のバーベキュー焼き もやしの中華和え/豆腐の味噌汁/果物	とりにく とうふ	こめ ごま	りんご もやし にんじん にら だいこん しめじ えのき ねぎ	牛乳/オレンジ じゃがバター
26	火	牛乳 誕生会	焼きそば れんこんサラダ/こふき芋 豆腐の味噌汁/果物	ぶたにく かつおぶし かにかま とうふ	やきそば じやがいも	たまねぎ きやべつ にんじん あおのり れんこん きゅうり だいこん わかめ ねぎ	牛乳 ミニゼリー りんごケーキ
27	水	牛乳 菓子	白ごはん/鮭の塩焼き/たたききゅうり ひじきの煮物/里芋の味噌汁/果物	さけ あぶらあげ	こめ さといも こんにゃく	きゅうり ひじき ほししいたけ にんじん だいこん ごぼう ねぎ	ヨーグルト 菓子