

9月の献立表

旭ヶ岡保育園

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日	土 曜 日
-------	-------	-------	-------	-------	-------

1	2	3 食育	4 自然ふれあい体験(年長児)	5	6
ハムカツ 海藻サラダ きのこのすまし汁 オレンジ	きつねうどん ポテトサラダ バナナ 厚揚げの煮付け	魚の竜田揚げ 卵サラダ わかめのすまし汁 オレンジ	カレーライス 栄養サラダ オレンジ コーンコンソメスープ	肉じゃが 豆腐のみそ汁 納豆・梨 春雨と卵の炒め物	ツナパン ミネストローネ オレンジ
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	リンゴジュース	豆乳バナナ
人参ケーキ・牛乳	豆乳餅・ミルク	ソフトせんべい・牛乳	マーブルケーキ・牛乳	ゼリー・鈴カステラ	無添加おやつ

8	9	10 食育	11 英会話	12	13
魚のタルタルソース そうめんのすまし汁 アスパラ オクラのゴマ和え	切干大根の含め煮 南瓜のみそ汁 納豆・梨 ピーマンソテー	テンペのチーズ揚げ マカロニサラダ えのきのすまし汁 オレンジ	焼肉風野菜炒め 茶碗蒸し ぶどう きゅうりとわかめの酢の物	きのこのスパゲッティ チンゲン菜のスープ バナナ 粉ふき芋	メロンパン じゃが芋のスープ チーズ
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	リンゴジュース	豆乳バナナ
おからクッキー・ミルク	フルーツヨーグルト・ドーナツ	ガトーショコラ・牛乳	バナナスコーン・コーヒー牛乳	ゼリー・丸ボーロ	無添加おやつ

15 敬老の日	16 食育	17	18 誕生会(太陽の子ランチ)	19	20
	いりどり ナスのみそ汁 納豆・ぶどう 人参入りオムレツ	魚の揚げ煮 じゃが芋煮 野菜のみそ汁 豆苗の炒め物	チキンライス・虹色ゼリー チーズロールカツ 春雨サラダ かき玉汁	冷やしうどん 小町和え 梨 ウインナーソテー	カリカリベーコンパン 卵とレタスのスープ オレンジ
	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	リンゴジュース	豆乳バナナ
	黒糖かりん糖・ミルク	ヨーグルト・鈴カステラ	ソフトクリーム	ゼリー・ドーナツ	無添加おやつ

22	23 秋分の日	24 食育	25 英会話	26 体育教室	27
魚のチーズフライ スパゲッティサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ		ひじきの含め煮 栄養すいとん 納豆・オレンジ ササミのピカタ	鶏の唐揚げ ツナとコーンサラダ 青菜のすまし汁 オレンジ	五目ラーメン 和風サラダ 梨 レバーの甘煮	ウインナーパン ブイヤベース チーズ
牛乳		牛乳	野菜&果物ジュース	リンゴジュース	豆乳バナナ
フルーツゼリー・丸ボーロ		わらび餅・牛乳	ねじりパイ・ミルク	ゼリー・鈴カステラ	無添加おやつ

29 体育教室	30
ひまわり蒸し 春雨スープ 梨・ブロッコリー 炒り豆腐	大豆の五目煮 じゃが芋のみそ汁 納豆・ぶどう マカロニのケチャップ炒め
牛乳	牛乳
フルーツポンチ・ドーナツ	ウインナー蒸しパン・ミルク

「絵本から飛び出した給食」
 今月は、18日(木)の誕生会に予定しています。
 絵本のタイトルは、「にじをつくったのだあれ」です。
 年に一度の太陽の子ランチとなっています。その
 中でも「虹色ゼリー」がメインとなりますので、楽し
 みにしておいて下さいね。



献立表の見方	
日付	行 事
	給食(全員共通)
	3歳未満児の追加食
	10時のおやつ(3歳未満児のみ)
	3時のおやつ(全員)

～今月の年長さんの誕生者～

りき くん
なぎ くん

おたんじょうび
おめでとう!



(栄養士 北村)