

# 令和5年度 9月献立予定表

川東保育園

日	曜	主食	副食	フルーツ	9時おやつ	3時おやつ
1	金	ひじきご飯	お好みオムレツ・スティック野菜 コンソメスープ	キウイ	牛乳 ゼリー	★豆乳わらびもち ミルク
2	土	ちゃんぽん・たたき胡瓜			// お菓子	★わかめおにぎり
4	月	白ご飯	きのこハヤシライス ドレッシングサラダ	りんご	牛乳 バナナ	★ヨーグルトゼリー みかん缶
5	火	白ご飯	さつま揚げ・里芋の和風サラダ かきたま汁	オレンジ	// 梨	★スナック麩 ミルク
6	水	白ご飯	ひじきバーグ・胡瓜のおかか和え 豚汁	黄桃缶	// 衛生ボーロ	★塩昆布おにぎり チーズ
7	木	オクラ納豆 ご飯	魚のみぞれ煮・三色和え はんぺんのすまし汁	バナナ	// ヨーグルト	★たまご蒸しパン ミルク
8	金	白ご飯	筑前煮・ほうれん草とりんごの和え物 冬瓜の味噌汁	梨	// ウエハース	★ぷるぷるきな粉餅 ミルク
9	土	やきそば・わかめスープ			// お菓子	★ふりかけおにぎり
11	月	白ご飯	鯖の塩焼き・ねばねばサラダ けんちん汁	オレンジ	牛乳 バナナ	★オレンジヨーグルトドリンク ★チーズスコーン
12	火	ねぎ納豆 ご飯	厚焼き玉子・きんぴらごぼう 五目味噌汁	ゴールド キウイ	// コーンフレーク	★オレンジゼリー まがりせんべい
13	水	白ご飯	魚の西京焼き・ささみの和え物 中華スープ	梨	// マンナ	★ジャムパン ミルク
14	木	海苔ご飯	カレーうどん・ひじきの和え物 豆腐のすまし汁	バナナ	// ビスコ	★りんごケーキ ミルク
15	金	白ご飯	ミートローフ・おかか和え 沢煮椀	パイナップル缶	// ゼリー	★マシュマロサンド ミルク
16	土	ナポリタン・チンゲン菜のスープ			// お菓子	★若菜おにぎり
19	火	白ご飯	牛肉のしくれ煮・ジャーマンポテト なめこの味噌汁	梨	牛乳 カルシウムせん	★フルーツヨーグルト
20	水	ふりかけご飯	鮭のクリームソース・納豆サラダ わんたんスープ	オレンジ	// 湯豆腐	★きなこトースト ミルク
21	木	白ご飯	親子丼・トマトとツナのサラダ きのこのすまし汁	バナナ	// 魚肉ソーセージ	★五目ビーフン
22	金	炊き込みご飯・照り焼きチキン ほうれん草胡麻和え・和風ポトフ		りんご	// ハイハイ	ブッセ 牛乳
25	月	白ご飯	ししゃも焼き・キャベツのナムル わかめの味噌汁	ゴールド キウイ	牛乳 せんべい	★飲むヨーグルト ハーベスト
26	火	白ご飯	オムレツ・いりこのケチャップ和え 春雨スープ	黄桃缶	// 梨	★お好み焼き
27	水	白ご飯	鯖の味噌煮・だいこんサラダ たまごスープ	オレンジ	// シュガートースト	★フルーツカスタード
28	木	白ご飯	麻婆豆腐・もやし中華和え じゃがいもの味噌汁	バナナ	// コーンフレーク	★メロンパンクッキー ミルク
29	金	白ご飯	カレーライス・豚しゃぶサラダ	りんご	// ヨーグルト	★お月見団子 ミルク
30	土	貝うどん・胡瓜の酢の物			// お菓子	★鮭おにぎり

★は手作りおやつです。主食は0.1.2歳は白ご飯、3.4.5歳は麦ご飯です。  
青字は新メニューです。赤字は誕生会です。緑字はきりん組クッキングです。