



9月給食献立表



令和4年度
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	木	牛乳 アスパラガス	肉じゃが・きゅうりとひじきの和え物・チキンナゲット・梨	牛乳 ソフトサラダ
2	金	牛乳 コーンフレーク	ビビンバ・わかめスープ・もも缶	牛乳 みかんかるかん
3	土	牛乳 ビスケット	冷やし五目うどん・キャベツの酢の物・バナナ	牛乳 ビスケット
5	月	牛乳 ひとくちビスケット	鮭のレモン風味焼き・スパゲティソーテー・納豆・きのこスープ	牛乳 小倉サンド
6	火	牛乳 チーズクラッカー	みそけんちん汁・野菜とちくわの和え物・しゅうまい・手作りふりかけ・パン缶	牛乳 くずもち
7	水	牛乳 味しらべ	高野豆腐のオランダ煮・青菜のマヨ和え・もずく入りすまし汁・味付けのり	牛乳 ビーフン
8	木	牛乳 ミルクビスケット	マーボー豆腐・ばんさんすう・かぼちゃのグリル焼き・バナナ	牛乳 小魚甘辛・とんがりコーン
9	金	牛乳 星たべよ	お月見ハヤシライス・フレンチサラダ・ゆで卵・りんご	牛乳 お月見ゼリー
10	土	牛乳 ビスケット	スープスパゲティ・グリーンポテト・バナナ	牛乳 ビスケット
12	月	牛乳 シガーフライ	魚の塩こうじ焼き・五目和え・すまし汁・オレンジ	牛乳 ういろう
13	火	牛乳 アンパンせんべい	ささみの天ぷら・マカロニサラダ・トマト・赤だし汁(3未・わかめご飯)	牛乳 りんごケーキ
14	水	牛乳 コーンフレーク	香味煮・野菜のごま酢あえ・えのき納豆・みかん缶	牛乳 ゆかりクッキー
15	木	牛乳 バナナ	擬製豆腐・かぼちゃのきんぴら・豆乳汁・ひじきふりかけ	牛乳 小麦胚芽クラッカー
16	金	牛乳 動物ビスケット	プルコギ丼・中華サラダ・大根スープ・パン缶	牛乳 うさぎのスイートポテト
17	土	牛乳 ビスケット	焼きそば・きゅうりの磯和え・バナナ	牛乳 ビスケット
20	火	牛乳 ひとくちビスケット	鶏肉のママレード焼き・野菜ソーテー・じゃが芋のみそ汁・梨	牛乳 ねぎチヂミ
21	水	牛乳 チーズクラッカー	テンペ入りかき揚げ・土佐酢和え・トマト・麩のすまし汁	牛乳 ミックスフルーツ
22	木	牛乳 味しらべ	豚肉となすの味噌炒め・粉ふき芋・ウインナー・りんご	牛乳 きなこおはぎ
24	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん・青菜の和え物・バナナ	牛乳 ビスケット
26	月	牛乳 ミルクビスケット	マカロニグラタン・ブロッコリーのサラダ・コーンスープ・オレンジ	牛乳 米粉のバナナケーキ
27	火	牛乳 星たべよ	チンジャオロースー・昆布豆・中華卵スープ	牛乳 豆乳オレンジゼリー
28	水	牛乳 バナナ	魚の塩焼き・切干大根の炒め煮・トマト・なすのみそ汁	牛乳 きのコピザトースト
29	木	牛乳 シガーフライ	鶏肉と野菜のケチャップ煮・コールスローサラダ・揚げぎょうざ・もも缶	牛乳 昆布・ハッピーターン
30	金	牛乳 アンパンせんべい	鮭ごはん・鶏肉の磯辺揚げ・かぼちゃサラダ・豆腐のすまし汁・梨	牛乳 カレンズサブレ

★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食で対応しています。

お月見

お月見は、1年の中で最も空が澄みわたる旧暦の8月に、美しい月を眺めたり、収穫に感謝しながら3つのお供えをする行事です

- ススキ…秋の七草で悪霊や災いなどから収穫物を守り翌年の豊作を願う
- お団子…月に見立てて収穫の感謝の意味を表す
- 農作物(里芋・栗)…収穫されたばかりの農作物を供え、収穫に感謝する

★今年は9月10日です。親子で満月の夜を楽しんでみてください。

夏の疲れが出ていませんか？

夏休みが終わり残暑の中で朝夕は少しずつ秋の気配が感じられるようになりました。しかし、季節の変わり目で体調を崩しやすい時です。早寝、早起きを心がけて朝ごはんをきちんと食べ、生活習慣を調えましょう。

しっかり
食べよう
朝ごはん