

2016年(平成28年度)

9月の給食



14日 お弁当の日★
16日 お誕生日会★

くぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	木	ごはん 白身魚のあんかけ ユールスローサラダ 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ビーマン しいたけ キャベツ きゅうり コーン じゃが芋 牛乳 りんご みかん缶 ヨーグルト ケチャップ 砂糖 みりん しょうゆ す マヨネーズ みそ	★手作りおやつ★ 【フルーツヨーグルト】
2	金	カレーライス しめじのごま和え 果物 卵スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ しめじ ごま パイン缶 卵 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ	おせんべい ラムネ 牛乳
3	土	ツナの炊き込みご飯 かぼちゃの煮物 野菜のみそ汁	米 ツナ缶 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 牛乳 みそ しょうゆ みりん 砂糖	ビスケット ラムネ 牛乳
5	月	チキンライス ポテトサラダ ミートボール えのきのみそ汁	米 ささみミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 きゅうり キャベツ ミートボール えのき 食パン 卵 牛乳 みそ ケチャップ 砂糖 しょうゆ マヨネーズ す	★手作りおやつ★ 【フレンチトースト・牛乳】
6	火	木の葉丼 マカロニカレー炒め 野菜のみそ汁	米 油揚げ 高野豆腐 玉ねぎ 人参 マカロニ ベーコン ビーマン 卵 わかめ ビーフン エビ ごま油 カレー粉 みそ しょうゆ 砂糖 みりん	★手作りおやつ★ 【ビーフン・お茶】
7	水	ごはん 肉うどん ひじきの五目煮 油揚げの酢の物	米 生うどん 牛肉 卵 ネギ ひじき 五目豆 人参 きゅうり キャベツ 牛乳 さとう しょうゆ みりん す	おせんべい ラムネ 牛乳
8	木	ごはん マーボー豆腐 ほうれん草のベーコン炒め コーンスープ	米 豚ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 生姜 ほうれん草 ベーコン キャベツ 卵 コンクリン缶 ウィナー 牛乳 ホットケーキミックス しょうゆ 砂糖 みりん	★手作りおやつ★ 【アメリカンドック・リンゴジュース】
9	金	カレーライス ツナサラダ 果物 にんじんスープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ ツナ缶 パイン缶 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ごま油 す	ビスケット ラムネ 牛乳
10	土	じゃこピラフ ス克蘭ブルエッグ 野菜のみそ汁	米 じゃこ 玉ねぎ 人参 卵 わかめ 牛乳 みそ しょうゆ 砂糖 しお	おせんべい ラムネ 牛乳
12	月	肉どんぶり えのきのごま和え 野菜のみそ汁	米 牛肉 玉ねぎ 人参 糸コン 卵 えのき きゅうり キャベツ ごま あんこ 寒天 砂糖 しょうゆ みりん	★手作りおやつ★ 【水ようかん・牛乳】
13	火	ごはん からあげ ハムサラダ 冬瓜のスープ	米 鶏肉 ハム きゅうり キャベツ 冬瓜 ごま 豚ミンチ 長芋 生姜 しょうゆ みりん 砂糖 ソース マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【お好み焼き・お茶】
14	水	★お弁当の日★	何がはいつてるかな??	ビスケット ラムネ 牛乳
15	木	ごはん 白身魚のあんかけ ユールスローサラダ 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ビーマン しいたけ キャベツ きゅうり コーン じゃが芋 牛乳 りんご みかん缶 ヨーグルト ケチャップ 砂糖 みりん しょうゆ す マヨネーズ みそ	★手作りおやつ★ 【フルーツヨーグルト】
16	金	ちらし寿司 しめじのごま和え 豆腐のみそ汁	米 しいたけ かんぴょう にんじん 三度豆 卵 豆腐 しめじ キャベツ きゅうり ごま 砂糖 す しお しょうゆ みりん	おせんべい ラムネ 牛乳
17	土	ツナの炊き込みご飯 かぼちゃの煮物 野菜のみそ汁	米 ツナ缶 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 牛乳 みそ しょうゆ みりん 砂糖	ビスケット ラムネ 牛乳
19	月	★祝日★	★敬老の日★	
20	火	木の葉丼 マカロニカレー炒め 野菜のみそ汁	米 油揚げ 高野豆腐 玉ねぎ 人参 マカロニ ベーコン ビーマン 卵 わかめ ビーフン エビ ごま油 カレー粉 みそ しょうゆ 砂糖 みりん	★手作りおやつ★ 【ビーフン・お茶】
21	水	ごはん 肉うどん ひじきの五目煮 油揚げの酢の物	米 生うどん 牛肉 卵 ネギ ひじき 五目豆 人参 きゅうり キャベツ 牛乳 さとう しょうゆ みりん す	おせんべい ラムネ 牛乳
22	木	★祝日★	★秋分の日★	
23	金	カレーライス ツナサラダ 果物 にんじんスープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ ツナ缶 パイン缶 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ごま油 す	ビスケット ラムネ 牛乳
24	土	じゃこピラフ ス克蘭ブルエッグ 野菜のみそ汁	米 じゃこ 玉ねぎ 人参 卵 わかめ 牛乳 みそ しょうゆ 砂糖 しお	おせんべい ラムネ 牛乳
26	月	肉どんぶり えのきのごま和え 野菜のみそ汁	米 牛肉 玉ねぎ 人参 糸コン 卵 えのき きゅうり キャベツ ごま あんこ 寒天 砂糖 しょうゆ みりん	★手作りおやつ★ 【水ようかん・牛乳】
27	火	ごはん からあげ ハムサラダ 冬瓜のスープ	米 鶏肉 ハム きゅうり キャベツ 冬瓜 ごま 豚ミンチ 長芋 生姜 しょうゆ みりん 砂糖 ソース マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【お好み焼き・お茶】
28	水	ごはん きつねうどん 小芋の煮物 チーズ じゃこの酢の物	米 生うどん 油揚げ 卵 ネギ チーズ きゅうり キャベツ じゃこ 小芋 牛乳 さとう しょうゆ みりん す	ビスケット ラムネ 牛乳
29	木	ごはん 白身魚のあんかけ ユールスローサラダ 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ビーマン しいたけ キャベツ きゅうり コーン じゃが芋 牛乳 りんご みかん缶 ヨーグルト ケチャップ 砂糖 みりん しょうゆ す マヨネーズ みそ	★手作りおやつ★ 【フルーツヨーグルト】
30	金	カレーライス しめじのごま和え 果物 卵スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ しめじ ごま パイン缶 卵 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ	おせんべい ラムネ 牛乳



暦の上では秋になりましたが9月になってもまだ暑い日が続いていますね。

秋といえば「食欲の秋」です！

給食でもキノコ類やイモ類などの旬の野菜を考慮して献立を考えました。

畑でとれる野菜もまだまだ給食にできますよ。

気温の変化や夏の疲れなどにより体調を崩しやすくなるので、秋の味覚を存分に味わって、元気に登園してください！