



9月 こんだてひょう (西郷保育園)

R7年. 9月市立保育園
栄養士 井手野

月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---

今月の予定 1日 防災の日 19日 愛情弁当の日 17日 誕生会 クッキング (餃子ピザ)					日 未満児 朝のおやつ
	外はまだまだ汗ばむ季節ですが、朝夕は少しずつ秋の訪れを感じるこの頃。夏の疲れも出てくる時期なので、しっかり食事をとり、体力をつけてほしいと思います。秋は新米、なす、さんま、果物など美味しい食べ物がたくさんあります。旬の食材を味わうことは、食材への興味が増し、味覚形成にも役立ちます。				全園児 副食
					未満児 主食 追加食
					全園児 3時のおやつ

1 牛乳 ビスコ	2 ヨーグルト	3 牛乳 バナナ	4 牛乳 いりこ	5 牛乳 ロールパン	6 牛乳 ビスケット
防災カレー マカロニサラダ ウインナー もも缶 チーズ	焼き肉 野菜のナムル がんも煮 バナナ ご飯 南瓜含め煮	冬瓜スープ 鮭の塩焼き 中華サラダ ふりかけ オレンジ ご飯 人参しりしり	肉じゃが ドレッシング和え 干草焼き バナナ ご飯 チキンケチャップ煮	魚フライ梅マヨソース カラフルゴマ和え 南瓜煮 オレンジ ご飯 味噌汁	そうめん チーズ バナナ
牛乳 防災パン	牛乳 人参蒸しパン	牛乳 じゃがチーズもち	牛乳 甘食	ヨーグルト ビスケット	牛乳 あんトースト

8 牛乳 衛生ボーロ	9 牛乳 マリービスケット	10 チーズ	11 牛乳 紫芋せんべい	12 牛乳 バナナ	13 牛乳 ビスケット
野菜の味噌汁 中華風ローストチキン マロニーサラダ チーズ ご飯 こぶき芋	魚のステーキ風 胡瓜とナスのゴマ和え ジャーマンポテト オレンジ ご飯 かきたま汁	竹輪の磯部揚げ 中華きゅうり 牛ゴボウ煮 納豆 バナナ ご飯 野菜スープ	麻婆豆腐 ネギ入り卵焼き 春雨のゴマ酢和え オレンジ ご飯 焼肉	パンプキンシチュー 切干大根煮 塩昆布サラダ いりこ もも缶 ご飯 ウインナー	スパゲティーミートソース チーズ バナナ
フルーツポンチ	牛乳 フレーククッキー	豆乳くずもち	牛乳 サンドイッチ	お好み焼き	牛乳 スティックパン

15	16 牛乳 ロールパン	17 ヨーグルト	18 牛乳 いりこ	19 牛乳 ジャムサンド	20 牛乳 ビスケット
敬老の日 	サバの塩焼き ひじきサラダ 高野豆腐の卵とじ お月見ゼリー 納豆ご飯 カレーおにぎり	鶏のから揚げ ポテトサラダ 卵スープ スパゲティーソテー なし(オレンジ) 炊き込みご飯 牛乳 ピザトースト	ハンバーグ もやしの甘酢あえ 冬瓜のそぼろ煮 バナナ ご飯 すまし汁 牛乳 コロコロ芋フライ	愛情弁当の日 	金平うどん バナナ チーズ
22 牛乳 ウエハース	23	24 牛乳 ロールパン	25 牛乳 バナナ	26 牛乳 マンナビスケット	27 牛乳 ビスケット

豚肉炒め和風ソース チーズオムレツ じゃが芋の昆布和え オレンジ ご飯 豆腐煮		魚の照り焼き ニラともやしの卵とじ 焼き肉スパゲティー チーズ バナナ ご飯 味噌汁	野菜たっぷりスープ 鶏肉の味噌焼き 南瓜サラダ いりこ オレンジ ご飯 もやしソテー	魚のピザ風焼き 春雨の中華和え 厚揚げ煮 なし(バナナ) ご飯 じゃが芋の土佐煮	ハヤシライス チーズ バナナ
フルーツヨーグルト		グレープゼリー	ジョア エッグロールサンド	牛乳 南瓜ケーキ	牛乳 ミニクリームパン

29 牛乳 白い風船	30 ヨーグルト				
魚の西京焼き スパゲティーサラダ ひじき煮 納豆 オレンジ ご飯 青梗菜のスープ	ゴボウスープ ナスの炒め物 じゃが芋そぼろ煮 チーズ バナナ ご飯 煮魚	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>防災の日(9/1)</p> <p>災害などの緊急事態により、ライフラインが停止し通常の食糧の提供が困難になった場合に保存食を備蓄しています。9月1日は防災の日であることから9/1に給食で防災メニューを提供します。</p> </div>			
プリンアラモード	肉味噌ごはん				