

令和6年 9月給食献立表

【今月の目標】・・・何でも食べて、元気に過ごしましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
2	月	ご飯	れんこんつくね 大豆とひじきの煮物 イエローシチュー	牛乳/蒸しパン	牛乳/水ようかん/果物
3	火	パン	のり塩チキン ポテトサラダ ちゃんぽん	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/わかめおにぎり/果物
4	水	ひじきご飯	魚の竜田揚げ 野菜の土佐和え 豆腐の味噌汁	牛乳/黄粉団子	ヤクルト/大学芋/果物
5	木	ご飯	タルタル卵の肉巻き シーチキンサラダ かき玉汁	牛乳/煮りんご	牛乳/レーズンパン/果物
6	金	ご飯	肉じゃが コールスローサラダ 肉団子汁	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/チヂミ/果物
7	土	わかめご飯	ビーフン炒め 南瓜のそぼろ煮 わかめスープ	牛乳/さつま芋バター	牛乳/バナナマフィン
9	月	ご飯	メンチカツ トマトのマリネ コーンシチュー	牛乳/ホットケーキ	牛乳/ピザまん/果物
10	火	人参ご飯	焼うどん だし巻き卵 豆腐のすまし汁	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/フレンチトースト/果物
11	水	ご飯	魚の甘酢あんかけ 根菜のごまマヨサラダ 中華スープ	牛乳/卵焼き	ヤクルト/クリームパイ/果物
12	木	ご飯	野菜オムレツ マカロニサラダ カレー汁	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/ポテトチップス/果物
13	金	ご飯	春巻き 五目きんぴら 豚汁	牛乳/ラスク	牛乳/ごま団子/果物
14	土	パン	マカロニグラタン 野菜サラダ オニオンスープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/中華おこわ/果物
17	火	梅ご飯	チキンカツ 和風サラダ 卵とじうどん	牛乳/人参蒸しパン	牛乳/黄粉団子/果物
18	水	ご飯	魚の人参衣焼き 青菜のしらす和え ※タイピーエン風	牛乳/焼きりんご	牛乳/ミックスピザ/果物
19	木	ご飯	野菜のかき揚げ きゅうりとわかめの酢の物 団子汁	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/お好み焼き/果物
20	金	ご飯	ハンバーグ 卵サラダ クリームシチュー	牛乳/レーズン蒸しパン	牛乳/おはぎ/果物
21	土	パン	ミートスパゲティ ジャーマンポテト チンゲン菜のスープ	牛乳/さつま芋バター	牛乳/いなり寿司/果物
24	火	ご飯	えびしゅうまい 切り干し大根の煮物 イエローシチュー	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/クリームパン/果物
25	水	誕生会	炊き込みご飯 魚のフライ トマトのごま和え 和風スパゲティ つみれ汁	牛乳/菓子	牛乳/スイートポテト/果物
26	木	ご飯	茄子の挟み焼き さつま芋サラダ 厚揚げの味噌汁	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/ココアクッキー/果物
27	金	ご飯	酢どり ひじき入りサラダ けんちん汁	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/石垣団子/果物
28	土	ご飯	豚肉のきのこソースがけ 根菜サラダ にら玉スープ	牛乳/ホットケーキ	牛乳/チーズパン/果物
30	月	ご飯	餃子 野菜の納豆和え さつま芋シチュー	牛乳/黄粉トースト	牛乳/クレープ/果物

※は新メニューです



今月のレシピ～石垣団子

<材料>4人分

さつま芋 130g
薄力粉 200g
砂糖 50g
塩 少々
ベーキングパウダー 大さじ1/2
水 220cc

<作り方>

1. さつま芋は1cm角に切って水につけてあく抜きをし水気を切っておく。
2. ボールに薄力粉、砂糖、塩、ベーキングパウダーを入れよく混ぜ合わせる。
3. 水を入れながらよく混ぜる。
4. 生地が混ざったらさつま芋を加える。
5. 生地をアルミの型などに入れ、蒸し器で15～20分ほど蒸す。
6. 竹串などで刺してみて芋に串がずっと通り、生地もついてこなければ完成。