



9月こんだて

令和4年 9月 1日

吉井北保育園

給食目標

モリモリ食べて元気な体をつくりましょう

日	曜	こんだてめい			お や つ		
					9時(未満児)	3時(共通)	
1	木	麦ご飯	冷しゃぶ 南瓜煮 イワシの缶詰 オクラ汁	豆腐煮	牛乳	かんぱん オレンジゼリー	
2	金	ご飯	肉じゃが 彩り和え わかめのみそ汁 果物	磯辺こふき芋	牛乳	わらび餅	
3	土	ご飯	茄子カレー スパゲティサラダ ほうれん草スープ 果物	蒸しパン	牛乳	昆布おにぎり	
4	日						
5	月	ご飯	鶏の照り焼き 山吹和え 南瓜のポタージュ	ラスク	牛乳	フライドポテト 果物	
6	火	ご飯	梅ささみフライ マカロニサラダ えのきのすまし汁 果物	人参グラッセ	牛乳	オムライス	
7	水	こぎつね ご飯	鮭の塩焼き マーボー茄子 のっぺい汁	蒸し芋	牛乳	牛乳寒天	
8	木	ご飯	酢鶏 中華風サラダ かきたま汁 果物	南瓜のあべかわ	牛乳	バナナマフィン	
9	金	ご飯	親子丼 小松菜の和え物 麩のすまし汁 果物	じゃが煮	牛乳	お月見団子	
10	土	ご飯	ジャージャー麺 もやしのナムル 中華スープ 果物	みたらし団子	牛乳	黒糖蒸しパン	
11	日						
12	月	ご飯	魚のあんかけ ツナとごぼうの甘辛炒め なすのみそ汁	卵焼き	牛乳	アップルパイ	
13	火	ご飯	ささみのピカタ 南瓜のサラダ 大根スープ 果物	冬瓜の甘煮	牛乳	マーブルクッキー	
14	水	人参ご飯	魚の照り焼き 春雨の酢の物 けんちん汁	こふき芋	牛乳	フルーツポンチ	
15	木	ご飯	鶏天 ひじきの炒り煮 山芋のとろとろ汁 果物	ドライ南瓜	牛乳	きなこトースト	
16	金	パン	スパゲティナポリタン 野菜サラダ きのコススープ 果物	さつま芋煮	牛乳	五目いなり	
17	土	ご飯	生姜焼き じゃが芋煮 豆腐のみそ汁 果物	マカロニアべかわ	牛乳	ホットケーキ	
18	日						
19	月		敬老の日				
20	火	ご飯	鶏のみそ焼き れんこん金平 そうめん汁 果物	ミルクもち	牛乳	コロコロドーナツ	
21	水	雑穀 ご飯	魚のフライ 冬瓜のそぼろ煮 五目汁	磯辺卵焼き	牛乳	りんごゼリー	
22	木	ご飯	すり身揚げ 切り干し大根の炒り煮 豆腐のみそ汁 果物	ドライポテト	牛乳	おはぎ	
23	金		秋分の日				
24	土	ご飯	ハヤシライス 春雨サラダ オニオンスープ 果物	きな粉団子	牛乳	わかめおにぎり	
25	日						
26	月	ご飯	魚の揚げ煮 ほうれん草のごま和え 豚汁 果物	南瓜煮	牛乳	甘納豆蒸しパン	
27	火	ご飯	焼きそば 花シュウマイ たまごスープ 果物	厚揚げ煮	牛乳	ホットドック	
28	水	ご飯	和風ハンバーグ フレンチサラダ なめこのみそ汁 果物	じゃがバター	牛乳	パン(クッキング)	
29	木	誕生会	ちらし寿司 魚の天ぷら 南瓜の天ぷら トマトサラダ 春雨のすまし汁 果物	トースト	ヤクルト	チーズケーキ	
30	金	ご飯	鶏つくね きゅうりとささみの和え物 豆腐のすまし汁 果物	石垣団子	牛乳	ソーメン汁	

