



9月 こんだて

令和5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	金	わかめご飯	冷しゃぶ	ひじきの炒り煮	南瓜のみそ汁	人参煮	牛乳	かんぱん りんごゼリー
2	土	ご飯	親子丼	きゅうりの酢の物	冬瓜スープ	きな粉豆腐	牛乳	ソーメン汁
3	日							
4	月	鶏ごぼうご飯	魚の煮付け	春雨サラダ	豆腐のみそ汁	こふき芋	牛乳	バナナマフィン
5	火	ご飯	ささみフライ	切り干し大根の炒り煮	五目汁	きなこトースト	牛乳	じゃが芋のガレット
6	水	ご飯	魚の酢漬け	ナスのそぼろ炒め	えのきのすまし汁	卵焼き	牛乳	マドレーヌ
7	木	ご飯	焼きそば	花シュウマイ	たまごスープ	さつま芋煮	牛乳	ごま団子
8	金	ご飯	コロッケ	やみつき白菜	わかめのすまし汁	ドライ南瓜	牛乳	ハンバーガー
9	土	麦ご飯	カレー	スパゲティサラダ	ほうれん草スープ	牛乳寒天	牛乳	おかかおにぎり
10	日							
11	月	ご飯	手作りがんも	五目金平	じゃが芋のみそ汁	石垣団子	牛乳	フレンチトースト
12	火	パン	うどんグラタン	山吹和え	わかめスープ	南瓜煮	牛乳	中華おこわ
13	水	ご飯	魚フライ	じゃが芋のそぼろ煮	豚汁	蒸しパン	牛乳	梅が枝餅
14	木	ご飯	生姜焼き	マカロニサラダ	豆乳味噌スープ	人参グラッセ	牛乳	お好み焼き
15	金	ご飯	ジャージャー麺	もやしのナムル	中華スープ	ドライポテト	牛乳	牛乳寒天
16	土	ご飯	酢鶏	小松菜のゴマ和え	けんちん汁	きな粉団子	牛乳	ホットケーキ
17	日							
18	月	敬老の日						
19	火	ゆかりご飯	鶏天	炒り豆腐	ソーメンのみそ汁	厚揚げ煮	牛乳	マーブルクッキー
20	水	ご飯	魚の揚げ煮	ひじきのサラダ	チンゲン菜スープ	磯辺こふき芋	牛乳	南瓜あんぱん
21	木	ご飯	鶏つくね	ポテトサラダ	キャベツのスープ	マカロニあべかわ	牛乳	ナゲット
22	金	ご飯	すり身揚げ	バンサンスー	小松菜のすまし汁	ごまトースト	牛乳	おはぎ
23	土	秋分の日						
24	日							
25	月	パン	チーズハンバーグ	フレンチサラダ	オニオンスープ	豆腐煮	牛乳	いなり寿司
26	火	ご飯	カレーうどん	魚の塩焼き	ほうれん草のゴマ和え	磯辺卵焼き	牛乳	フルーツポンチ
27	水	ご飯	メンチカツ	りんご酢和え	厚揚げのみそ汁	蒸し芋	牛乳	クリームパイ
28	木	誕生会	ちらし寿司	鶏の竜田揚げ	南瓜のサラダ	トースト	ヤクルト	バウムクーヘン
29	金	ご飯	鶏みそ焼き	中華風酢の物	シチュー	じゃが煮	牛乳	月見団子
30	土	ご飯	肉じゃが	大根サラダ	かきたま汁	りんご煮	牛乳	きな粉蒸しパン



まだまだ暑いですが、23日には秋分の日を迎えます。
 少しづつ涼しくなり、食べ物が美味しくなりますね。
 今月は1日防災の日やお彼岸、29日は十五夜と、行事を学びながら、料理を楽しんでもらえるように考えています。

