



9月の献立表



令和3年度

みどりの丘保育所

日	曜	献立名	おやつ		主な材料
		昼食	3時10時	3時	
1	水	ごはん つくね焼き すまし汁 おくらのおかか和え オレンジ	ジョアいちご シガーフライ	スキムミルク ドーナツ	鶏肉 豆腐 人参 ごぼう おくら かまぼこ 油揚げ
2	木	わかめごはん 魚のキャロット焼き れんこんサラダ 味噌汁 バナ	牛乳 昆布 きな粉せんべい	スキムミルク うどんかりんとう	白身魚 人参 コーン れんこん ブロッコリー なす
3	金	バターロール チリコンカン フルーツサラダ プルーン	牛乳 バナナチップ	焼きおにぎり	豚肉 大豆 人参 ピーマン マッシュルーム パイン ハム
4	土	焼肉丼 豆腐スープ オレンジ	野菜ジュース	豆乳飲料 黒糖パン	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし にら 豆腐 わかめ
6	月	ブルコギ丼 切干大根のサラダ レバー煮 バナナ	牛乳 クラッカー	スキムミルク フランクフルト	牛肉 玉ねぎ 春雨 ピーマン しめじ ひじき 小松菜
7	火	ごはん 五目卵焼き オレンジ ごま酢和え もやし味噌スープ	豆乳 薄焼きせんべい	ももの フルーチェ	卵 ツナ グリルチーズ 椎茸 わかめ きゅうり ごま
8	水	チキンカレーライス 煮干し レモンサラダ バナナ	牛乳 するめ 白い風船	ココア スティックパイ	鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 キャベツ 干ぶどう
9	木	五目うどん おきな和え 煮豆 プルーン	ジョア たつまき	おかかおにぎり	鶏肉 大根 干椎茸 人参 白ねぎ 小松菜 塩昆布
10	金	ごはん 鮭の天ぷら オレンジ ひじきサラダ 豆乳味噌汁	牛乳 ハッピーターン	スキムミルク シュガートースト	鮭 青のり ひじき 人参 ブロッコリー チーズ ハム 豆腐
11	土	マーボー丼 もやしスープ プルーン	ルヴァージュ	わかめおにぎり	豚肉 しょうが にんにく 豆腐 玉ねぎ 人参 もやし
13	月	ごはん 豚肉の生姜焼き 高野煮 根菜汁 バナナ	牛乳 ビスコ	スキムミルク もちもちチーズパン	牛肉 玉ねぎ 春雨 ピーマン れんこん さつま芋 ごぼう
14	火	黒糖パン ビーフシチュー ブロッコリーのごま和え オレンジ	豆乳バナナ あられ	ひじきおにぎり	牛肉 じゃが芋 しめじ 人参 ブロッコリー キャベツ トウモロコシ
15	水	ごはん 鶏の香味焼き プルーン イタリアンサラダ きのこスープ	牛乳 バナナ	りんごゼリー	鶏肉 玉ねぎ ねぎ 生姜 水菜 赤ピーマン 人参 チーズ
16	木	ごはん さんまのかば焼き風 磯辺和え 南瓜の味噌汁 バナ	牛乳 煮干し きな粉せんべい	スキムミルク ポップコーン	さんま 大根 もやし のり 南瓜 しめじ 油揚げ ねぎ
17	金	かつ丼 ツナサラダ オレンジ	ジョアいちご 星たべよ	スキムミルク ルヴァージュチーズケーキ	豚肉 卵 玉ねぎ 人参 グリルチーズ きゅうり ツナ
18	土	チキンライス オニオンスープ プルーン	ぶどうジュース	豆乳飲料 たいやき	鶏肉 玉ねぎ 人参 コーン グリーンピース パセリ
20	月	敬老の日			

日	曜	献立名	おやつ		主な材料
		昼食	3時10時	3時	
21	火	五目ラーメン しゅうまい 中華サラダ プルーン	牛乳 たつまき	きな粉おはぎ	中華麺 豚肉 キャベツ 干椎茸 ブロッコリー なると
22	水	ごはん 鶏のケチャップソース わかめサラダ 卵スープ オレンジ	牛乳 バナナチップ	スキムミルク クラッカーサンド	鶏肉 マカロニ ブロッコリー ハム 干ぶどう しめじ 卵
23	木	秋分の日			
24	金	みりんふりかけごはん 肉じゃが ミモザサラダ バナ	牛乳 薄焼きせんべい	ミロ きな粉クッキー	しらす かつお節 豚肉 しらたき いんげん 卵
25	土	鶏ねぎ丼 味噌汁 オレンジ	りんごジュース	豆乳飲料 スイートポテト	鶏肉 玉ねぎ ねぎ しめじ 大根 人参 小松菜 油揚げ
27	月	チャーハン ひじき入りナムル コーンスープ プルーン	牛乳 ハッピーターン	豆乳くずもち	焼き豚 白ねぎ 人参 卵 ひじき ハム チーズ 牛乳
28	火	親子丼 和風サラダ うぐいす豆 バナナ	豆乳 星たべよ	スキムミルク トウモロコシ蒸しパン	鶏肉 玉ねぎ 人参 ねぎ 干椎茸 高野豆腐 卵 ツナ
29	水	コッパン ハンバーグ ルヴァ かみかみサラダ わかめスープ	牛乳 昆布 白い風船	ごま昆布 おにぎり	牛肉 豚肉 豆腐 チーズ 卵 スキムミルク 大根 さきいか
30	木	ごはん 鯖の竜田揚げ 切干大根の煮物 味噌汁 バナ	ジョア シガーフライ	スキムミルク おにまんじゅう	鯖 人参 ごぼう 油揚げ 干椎茸 豆腐 玉ねぎ ねぎ

※都合により給食内容を変更することがあります。

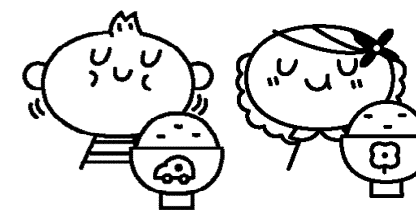
※延長保育のおやつは、月～土曜まで市販のお菓子です。

9月の予定

- 14日 給食委員会
- 17日 誕生会
- 21日 お彼岸おやつ
- 28日 運動会予行

9月の給食目標

よくかんで食べましょう



※裏面に給食だよりがあります



