

令和4年9月おしよくじカレンダー

市野谷つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	9月の旬の食材		～絵本の中の料理～ 今月は「わかったさんのクッキー」から ロッククッキーを16日に提供を予定して います！	1	2	3
乳児				菓子	ヨーグルト	菓子
昼食	モロヘイヤ さといも 生姜 れんこん なす かぼちゃ きゅうり ズッキーニ とうがん パ プリカ ピーマン さやいんげん 柿 梨 りん ご もも あさり さんま さば あじ			・ご飯 ・鶏肉のレモンソースかけ ・きのこソテー ・ごまポテト ・コーンスープ	・豚丼 ・れんこんの金平 ・梨 ・豆腐の味噌汁	お弁当
おやつ				チーズパンケーキ	りんごゼリー	菓子
日	5	6	7	8	9	10
乳児	菓子	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子
昼食	・ご飯 ・豚肉の生姜焼き ・里芋の煮物 ・ツナコーンサラダ ・わかめの味噌汁	・ご飯 ・鮭のみみじ焼き ・切り干し大根のサラダ ・納豆 ・豆腐のすまし汁	・ロールパン ・マカロニグラタン ・コーンソテー ・りんご ・コンソメスープ	・ご飯 ・鶏肉のみぞれかけ ・かぼちゃサラダ ・ミニトマト ・揚げの味噌汁	・ご飯 ・麻婆豆腐 ・春雨サラダ ・キウイフルーツ ・中華スープ	お弁当
おやつ	お麩ラスク	肉味噌うどん	ジャムスターズ	お好み焼き	菓子 バナナ キャンディチーズ	菓子
日	12	13	14	15	16	17
乳児	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子	菓子
昼食	・ご飯 ・豚肉のアップルジンジャー ・味噌和えサラダ ・オレンジ ・麩のすまし汁	・ゆかりご飯 ・鶏肉のつくね焼き ・あおさいも ・ひじきの炒め煮 ・わかめの味噌汁	・ご飯 ・さばの塩焼き ・れんこんサラダ ・高野豆腐の含め煮 ・えのきの味噌汁	・わかめうどん ・かぼちゃの天ぷら ・キャベツのごまサラダ	・ご飯 ・鶏肉のチーズ焼き ・パスタサラダ ・ミニトマト ・コーンスープ	お弁当
おやつ	ご飯ピザ	和風パスタ	きなこトースト	そばろおにぎり	ロッククッキー	菓子
日	19	20	21	22	23	24
乳児		菓子	ヨーグルト	菓子		菓子
昼食	敬老の日	・麦飯 ・ツナカレー ・磯和え ・梨	・ご飯 ・焼き餃子 ・ナムル ・オレンジ ・春雨スープ	・ご飯 ・鶏肉のきのこソース ・ビーフン ・里芋の煮物 ・わかめのすまし汁	秋分の日	お弁当
おやつ		レモネードゼリー	スイートかぼちゃ	フルーツヨーグルト		菓子
日	26	27	28	29	30	
乳児	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子	牛乳
昼食	・ご飯 ・あじの塩焼き ・きりざい ・切干大根のサラダ ・なめこの味噌汁	・ご飯 ・豚肉のマヨ炒め ・かぼちゃのチーズ焼き ・キウイフルーツ ・コンソメスープ	・ご飯 ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・にんじんと油揚げの煮物 ・豆腐のすまし汁	・麦飯 ・きのこカレー ・かぼちゃサラダ ・りんご	・ご飯 ・シュウマイ ・ひじきの炒め煮 ・ナムル ・たまねぎのすまし汁	麦茶
おやつ	クッキー	きな粉揚げパン	おいなりさん	○白玉 △菓子	菓子 バナナ キャンディチーズ	ミロ

○ 幼児
△ 乳児

*行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。