



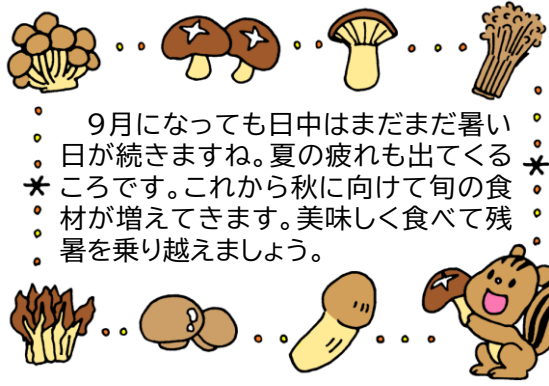
令和4年度

9月 給食だより



相浦保育園

日	曜日	献立名			献立材料名		
		10時おやつ	昼食	15時おやつ	血や肉をつくる	力や体温となるよ	からだの調子をよくする
1	木	豆乳	魚のみそ焼き かき玉汁 オクラのゴマ和え みかん缶	牛乳 カップケーキ	白身魚 卵 ちくわ 牛乳 豆乳	薄力粉 バター 米	玉ねぎ 人参 みつば オクラ きゅうり みかん缶詰
2	金	幼児牛乳 パン	オープンオムレツ わかめうどん レタス オレンジ	アイスマルク もちもちチーズ	合いひき肉 卵 チーズ かまぼこ 脱脂粉乳	じゃが芋 うどん麺 団子の粉 パン 米	人参 玉ねぎ 青ピーマン こねぎ わかめ レタス ネーブル
3	土	牛乳	クリーム煮 カラフル野菜ソテー プチトマト パナナ	豆乳 えびせん	鶏肉 牛乳 生クリーム 豆乳	じゃが芋 薄力粉 パン	人参 グリーンピース 玉ねぎ しめじ なす 青ピーマン オクラ ミニトマト パナナ
5	月	お茶 せんべい	三色丼 イカときゅうりの酢の物 トマト ヤクルト	アイスマルク 蒸しパン	合いひき肉 卵 いか 脱脂粉乳	はるさめ 米	いんげん きゅうり わかめ 人参 トマト 干しぶどう
6	火	ミルクココア	魚の中華あんかけ ワカメスープ サラダ菜 のり納豆 オレンジ	牛乳 黒ゴマクリームサンド	白身魚 納豆 牛乳 生クリーム	食パン 米	人参 もやし 玉ねぎ しいたけ きくらげ こねぎ わかめ えのき みつば サラダ菜 のり ネーブル
7	水	牛乳	冷拌豆腐 豚肉と野菜の生姜炒め 黄桃缶 味付のり	アイスマルク お好み焼き	豆腐 卵 ハム 豚肉 脱脂粉乳 チーズ ベーコン	薄力粉 米	きゅうり もやし キャバツ 玉ねぎ 人参 トウモロコシ 青ピーマン もも缶詰 のり 青のり
8	木	ヤクルト	誕生会 サンドイッチ 牛乳 フライドポテト 枝豆 オレンジゼリー	アイスクリーム	卵 ツナ ハム チーズ 牛乳	食パン じゃが芋	玉ねぎ きゅうり レタス トマト 枝豆
9	金	幼児牛乳 パン	焼きビーフン チーズ トマトときゅうりのサラダ パイン缶	牛乳 お月見団子	豚肉 ちくわ チーズ 牛乳	ビーフン 団子の粉 片栗粉 パン 米	玉ねぎ 人参 青ピーマン きくらげ 干しいたけ トマト きゅうり コーン パイン缶詰
10	土	牛乳	魚と野菜の煮物 なすのみそ汁 パイン缶	豆乳 ドーナツ	白身魚 油揚げ いわし 豆乳 卵 牛乳	強力粉 バター 米	かぼちゃ 人参 いんげん なす 玉ねぎ こねぎ パイン缶詰
12	月	牛乳	中華丼 人参とジャコの炒め物 ちくわ みかんヨーグルト	ミルクココア バナナ	豚肉 うすら卵 えび いか しらす ちくわ ヨーグルト 脱脂粉乳	米	きくらげ だけのこ しいたけ チンゲンサイ 白菜 人参 みかん缶詰 パナナ
13	火	お茶 せんべい	鮭の塩焼き じゃが芋のみそ汁 ひじき煮 梅納豆 パイン缶	牛乳 ミルクパン	鮭 油揚げ 丸天 納豆 牛乳 練乳	じゃが芋 強力粉 こんにゃく バター 米	玉ねぎ こねぎ ひじき いんげん 人参 梅漬 パイン缶詰
14	水	アイスマルク	チキンカツ パンプキンスープ ドレッシングサラダ オレンジ	お茶 おにぎり	鶏肉 卵 チーズ 生クリーム 牛乳	バター 米	玉ねぎ かぼちゃ パセリ キャバツ 人参 きゅうり ネーブル
15	木	りんごジュース	野菜たっぷりカレー マカロニサラダ いりこ 黄桃缶 (牛乳)	アイスマルク せんべい	鶏肉 牛乳 ハム いりこ 脱脂粉乳	マカロニ 米	トマト缶 なす 青ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ きゅうり キャバツ もも缶詰
16	金	幼児牛乳 パン	スパゲティナポリタン フルーツサラダ のり塩ポテト パナナ	牛乳 米粉チュロス	ベーコン 牛乳 ヨーグルト 豆腐	スパゲッティ バター じゃが芋 米粉 パン	玉ねぎ しめじ 青ピーマン トマト缶 パセリ レタス きゅうり みかん りんご 青のり パナナ
17	土	牛乳	肉じゃが 豆腐のみそ汁 ウインナー パイン缶	牛乳 せんべい	豚肉 豆腐 ウインナー 牛乳	したらき じゃが芋 米	玉ねぎ 人参 いんげん わかめ えのきたけ パイン缶詰
20	火	アイスマルク クッキー	あじのごま焼き 豆腐サラダ 花麩のすまし汁 りんご	お茶 おはぎ	あじ 白身魚 豆腐 ハム 小豆	麩 もち米	しきゅうり わかめ 人参 黄ピーマン 玉ねぎ えのきたけ 切りみつば りんご
21	水	牛乳	麻婆豆腐 チーズ ささ身とキャバツのごま和え 黄桃缶	ミルクココア アーモンドトースト	合いひき肉 豆腐 ささみ チーズ 脱脂粉乳	食パン バター 米	玉ねぎ しいたけ 人参 こねぎ キャバツ きゅうり もも缶詰
22	木	きな粉ミルク サブレ	魚の照り焼き けんちん汁 さっぱりサラダ パナナ	アイスマルク きな粉かぼちゃ	白身魚 豆腐 鶏肉 ハム 卵 脱脂粉乳	里芋 米	人参 ごぼう 大根 こねぎ きゅうり もやし パナナ かぼちゃ
24	土	豆乳	ワカメ入り卵焼き 豆腐のすまし汁 トマト きゅうり パイン缶	牛乳 お菓子	卵 かにかま 豆腐 牛乳 豆乳	米	わかめ 玉ねぎ えのきたけ みつば トマト きゅうり パイン缶詰
26	月	牛乳	ハヤシライス スパゲティサラダ いりこ ゆで卵 パイン缶 (牛乳)	きな粉ミルク せんべい 昆布	豚肉 ハム いりこ 牛乳 卵 脱脂粉乳 きな粉	スパゲッティ 米	玉ねぎ ぶなしめじ トマト缶 きゅうり キャバツ パイン缶詰 昆布
27	火	ヤクルト	白身魚のフライ コンソメスープ 筑前煮 サラダ菜 のり納豆 オレンジ	牛乳 あんぱん	白身魚 卵 ベーコン 鶏肉 うすら卵 丸天 納豆 牛乳 小豆	じゃが芋 こんにゃく 里芋 強力粉 バター 米	人参 玉ねぎ だけのこ しいたけ レンコン ごぼう いんげん サラダ菜 のり ネーブル
28	水	ミルクココア	鶏肉のマーマレード焼き すまし汁 ポテトサラダ プチトマト 黄桃缶	牛乳 大豆といりこの揚げ煮	鶏肉 たまご豆腐 ハム 牛乳 大豆	じゃが芋 米	えのきたけ 切りみつば 玉ねぎ 人参 きゅうり ミニトマト もも缶詰
29	木	お茶 せんべい	アジの塩焼き 南瓜のみそ汁 茎わかめと根菜きんぴら なし	フルーツヨーグルト	アジ(白身魚) 油揚げ ちくわ ヨーグルト	こんにゃく 米	かぼちゃ しめじ 玉ねぎ こねぎ 茎わかめ ごぼう 人参 梨 みかん缶 パナナ パイン缶 もも缶
30	金	幼児牛乳 パン	そうめん汁 ちくわの磯辺揚げ 人参サラダ レタス パナナ	アイスマルク 焼き芋	いわし かまぼこ ちくわ 脱脂粉乳	素麺 さつまいも パン 米	玉ねぎ 干しいたけ わかめ こねぎ 青のり 人参 パセリ レタス パナナ



中秋の名月

旧暦の8月15日の夜(十五夜)に見える月を【中秋の名月】と呼び、今年9月10日がその日に当たります。月に見立てた丸い団子をお供えし、それを食べることで健康と幸せを得られるからだそうです。

お彼岸

秋分の日(9月23日)を中日としてはさんだ7日間を『秋彼岸』といいます。おはぎなどをご先祖様にお供えし、お線香をあげたり、お墓参りする風習があります。

園では、お団子やおはぎを提供するとともに、子ども達へ日本の風習・文化についても伝えていきたいと思います。

■ は手作りのおやつです。



【行事食】

8日 誕生会

黄組、桃組、赤組のご飯はいりません