

9月行事・献立予定

令和4年度

ふたば 保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児 朝のおやつ	3時のおやつ
1	木		さわらの味噌だれ ブロッコリーのおかか和え 沢煮碗 バナナ	さわら ごま ブロッコリー ひじき 人参 鯉節 豚肉 人参 ごぼう 椎茸 筍 水菜 バナナ	牛乳 煎餅	おにぎり
2	金	布団持ち帰り	レバーの中華漬け 元気になるお浸し わかめのすまし汁 パイン	豚レバー にんにく ねぎ しょうが ごま ほうれん草 小松菜 もやし 人参 昆布 さきいか 玉ねぎ わかめ ねぎ パイン	牛乳 コーンフレーク	牛乳 かみかみ小魚
3	土				豆乳 サブレ	りんごジュース ソフトあられ
5	月	個人懇談	なすのボロネーゼ 青のりポテト ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ オレンジ	スパゲティ なす 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン トマト じゃがいも 青のり ブロッコリー キャベツ バセリ 玉ねぎ マッシュルーム 人参 オレンジ	豆乳 レーズンパン	牛乳 クッキー
6	火		肉じゃが かに蒲鉾の酢の物 なめこ汁 りんご	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 こんにゃく いんげん かに蒲鉾 人参 キャベツ きゅうり 春雨 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ りんご	牛乳 りんご	牛乳 ハムサンド
7	水		揚げ餃子 中華和え ペーコンスープ パイン	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ しょうが きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 卵 玉ねぎ ペーコン バセリ 人参 パイン	牛乳 小魚	フルーツ ヨーグルト
8	木	身体測定 絵本代集金	筑前煮 スティックきゅうり 生揚げの味噌汁 オレンジ	鶏肉 人参 れんこん ごぼう 里芋 椎茸 こんにゃく いんげん きゅうり 玉ねぎ ねぎ 生揚げ わかめ 人参 オレンジ	豆乳 チーズ	牛乳 かみかみビスケット
9	金	布団持ち帰り	白身魚の磯辺揚げ 添え菜 小松菜のごま和え そうめんのすまし汁 バナナ	赤魚 青のり レタス 小松菜 もやし 人参 ごま そうめん かまぼこ わかめ ねぎ バナナ	牛乳 せんべい	月見ゼリー カルシウム ウエハース
10	土				豆乳 ソフトあられ	オレンジジュース クラッカー
12	月		親子うどん ボイルウィンナー 野菜チップス ひじきふりかけ オレンジ	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 かまぼこ 卵 ねぎ ウィンナー ごぼう さつまいも じゃがいも ひじき しらす ゆかり ごま オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 マカロニあべ川
13	火	交通安全指導	麻婆ナス ちくわときゅうりの酢の物 ほうれん草のすまし汁 バナナ	豚肉 なす 豆腐 ねぎ しょうが にんにく ちくわ しらす きゅうり 人参 ごま ほうれん草 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ バナナ	豆乳 米菓子	牛乳 人参蒸しパン
14	水		鮭の胡麻マヨネーズ焼き 刻み昆布の煮物 キャベツのコンソメスープ パイン	鮭 玉ねぎ ごま バセリ 昆布 人参 椎茸 こんにゃく さつま揚げ いんげん キャベツ 人参 玉ねぎ ペーコン パイン	牛乳 きな粉せんべい	牛乳 さつま芋 スティック
15	木		おからの落とし揚げ 春雨の酢の物 豆腐の味噌汁 チーズ バナナ	おから かぼちゃ 鯖 ねぎ 人参 卵 きゅうり キャベツ わかめ 春雨 竹輪 人参 ごま 豆腐 玉ねぎ ねぎ チーズ バナナ	ヨーグルト	牛乳 ビザトースト
16	金	食育の日 布団持ち帰り	★鶏のバンバンジー焼き ★しらすサラダ さつま芋の味噌汁 梨	鶏肉 生姜 ごま きゅうり 大根 コーン しらす さつま芋 ほうれん草 玉ねぎ 梨	牛乳 米菓子	牛乳 ★マカロニ かりんとう
17	土				豆乳 クラッカー	りんごジュース 塩せんべい
20	火		ラーメン 根菜の煮物 小魚の佃煮 オレンジ	中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ 大根 人参 ごぼう しめじ 鶏肉 いんげん いわし ごま オレンジ	牛乳 ロールパン	牛乳 かみかみかりんとう
21	水	誕生会	おめでとぅバイキング	鶏肉 人参 椎茸 ごぼう しめじ えのき なた 鶏肉 卵 ブロッコリー レタス きゅうり スパゲティ ペーコン 玉ねぎ 人参 ビーマン 大根漬け りんご パイン	飲むヨーグルト	フルーツパフェ
22	木	避難訓練 布団持ち帰り	豚肉の生姜焼き 竹輪の酢の物 そうめんのすまし汁 バナナ	豚肉 玉ねぎ 生姜 にら ごま 竹輪 きゅうり 春雨 キャベツ ごま 人参 そうめん ねぎ 人参 しめじ バナナ	牛乳 スティックパン	きな粉おはぎ
24	土				豆乳 ビスケット	オレンジジュース せんべい
26	月		和風スパゲティ 人参しりしり にら玉スープ グレープフルーツ	スパゲティ 玉ねぎ しめじ 小松菜 ペーコン 人参 ツナ にら 玉ねぎ えのき 卵 グレープフルーツ	豆乳 煎餅	牛乳 ふかし芋
27	火		鮭のコーンクリームかけ きゅうりの中華漬け 千切り野菜のすまし汁 梨	鮭 コーンクリーム ホールコーン 玉ねぎ きゅうり ごま 大根 小松菜 人参 えのきだけ ひじき ねぎ 梨	牛乳 サブレ	冷やしうどん
28	水	運動会総練習	秋野菜カレー りんごサラダ チーズ オレンジ	南瓜 なす 玉ねぎ トマト 豚肉 ビーマン キャベツ りんご 人参 きゅうり チーズ オレンジ	りんごジュース	牛乳 卵サンド
29	木		えび入りがき揚げ ボイル野菜 花麩の味噌汁 バナナ	えび 玉ねぎ コーン 人参 さつまいも ビーマン 卵 キャベツ ブロッコリー 人参 花麩 玉ねぎ ねぎ バナナ	牛乳 ポーロ	牛乳 ビスケット
30	金	布団持ち帰り	鯖の胡麻みそ焼き かみかみ和え わかめ汁 パイン	鯖 ごま 生姜 切干大根 さきいか きゅうり 人参 ハム ごま はんぺん わかめ 人参 ねぎ パイン	牛乳 バナナ	豆乳 かみかみせんべい

おめでとぅバイキング・・・大山おこわ チキンカツ ブロッコリーサラダ ナポリタンスパゲティ 大根漬け りんご パイン
食育の日のサンプル展示は4歳児です。主食（御飯）の量は110gです。
今月の果物はバナナ、オレンジ、パイン、梨、りんご、グレープフルーツを予定しています。
都合により献立を変更する場合があります。
★印は新メニューです。