

9月行事・献立予定

令和6年度

あさひ保育所

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
2	月		なすのポロネーゼ 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 パセリ 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
3	火		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	さারা ごま ブロッコリー ひじき 人参 かつお節 豚肉 人参 ごぼう 椎茸 たけのこ 水菜 バナナ	牛乳 煎餅	牛乳 マカロニあべ川
4	水	生活安全指導	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 いんげん きゅうり 生揚げ 人参 玉ねぎ ねぎ オレンジ	牛乳 バナナ	冷やしうどん
5	木	身体測定	レバーの中華漬け 元気になるお浸し わかめのすまし汁 バナナ	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 昆布佃煮 玉ねぎ わかめ ねぎ バナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ジャムサンド
6	金		揚げ餃子 中華和え ベーコンスープ グレープフルーツ	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 ベーコン パセリ 人参 グレープフルーツ	牛乳 小魚	フルーツ ヨーグルト
7	土				牛乳 クラッカー	
9	月	交通安全指導	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 クッキー	牛乳 ホットケーキ
10	火		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	おひょう 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	牛乳 小魚
11	水		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 梨	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 梨	豆乳 米菓子	牛乳 ハムサンド
12	木	誕生会	おめでどうランチ	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 ベーコン 玉ねぎ 人参 ビーマン 大根漬け パイン	飲むヨーグルト	フルーツパフェ
13	金	避難訓練	鶏のバンバンジー焼き しらすサラダ 味噌汁オレンジ	鶏肉 生姜 ごま しらす きゅうり 大根 コーン さつま芋 ほうれん草 玉ねぎ オレンジ	牛乳 ソフトあられ	月見ゼリー カルシウム ウエハース
14	土				牛乳 サブレ	
17	火		親子うどん ボイルウインナー 野菜チップス ひじきふりかけ パイン	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 かまぼこ 卵 ねぎ ウインナー ごぼう さつまいも じゃがいも ひじき しらす ゆかり ごま パイン	牛乳 ロールパン	プリン
18	水		煮魚 春雨の中華和え 野菜のすまし汁 バナナ	赤魚 生姜 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 卵 小松菜 大根 人参 えのき ひじき バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ピザトースト
19	木	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 マカロニかりんとう
20	金	食育の日	★揚げ豚の3色和え ★きつねサラダ きのこのすまし汁 梨	豚肉 生姜 ほうれん草 人参 パイン 油揚げ 大根 人参 きゅうり ツナ えのき しめじ 玉ねぎ わかめ ねぎ 梨	オレンジゼリー	牛乳 ★かりんとう風トースト
21	土				牛乳 ソフトせんべい	
24	火		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 ベーコン 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
25	水		タンドリーフィッシュ マカロニサラダ ビーフンスープ パイン	鮭 生姜 ヨーグルト マカロニ レタス きゅうり 人参 ハム ビーフン 玉ねぎ キャベツ もやし 人参 しいたけ ねぎ パイン	牛乳 せんべい	切り干し大根の おにぎり
26	木		肉じゃが かに蒲鉾の酢の物 なめこ汁 バナナ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 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 バナナ	牛乳 米菓子	牛乳 卵サンド
27	金		鯖の胡麻みそ焼き かみかみ和え わかめ汁 オレンジ	鯖 ごま 生姜 切干大根 きゅうり 人参 ハム ごま はんぺん わかめ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 かりんとう
28	土	運動会			りんごジュース	
30	月		五目焼きそば 野菜のゆかり和え わかめのすまし汁 バナナ	中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 キャベツ ビーマン 青のり キャベツ きゅうり 人参 梅しそ わかめ 生揚げ 人参 玉ねぎ ねぎ バナナ	牛乳 レーズンパン	牛乳 カナッペ

おめでどうランチ・・・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 パイン
食育の日のサンプル展示は3歳児です。主食（御飯）の量は100gです。
今月の果物はバナナ、オレンジ、パイン、梨、グレープフルーツ、りんごを予定しています。
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。