



9月の献立

盛こども園



	日(月)	日(火)	日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)
昼食	旬の食材 なす かぼちゃ チンゲン菜 里芋 さつまいも きのこと 梨 ぶどう さんま かつお 鮭			かつおの竜田揚げ ほうれん草のナムル 春雨スープ パナナ	五目納豆 いりどり わかめのみそ汁 オレンジ	スパゲティ 野菜スープ
15時				牛乳 ぶかし芋	牛乳 ロールパン	麦茶 せんべい
	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
昼食	豚肉の生姜焼き ブロッコリーサラダ 大根のみそ汁 トマト	たらのケチャップ あんかけ 中華スープ パナナ	〈完全給食〉 カレーうどん ひじきサラダ オレンジ	スパゲティサラダ ミネストローネ 梨	肉だんご 卵の花いり さつまい 十五夜デザート	〈希望保育〉
15時	麦茶 やきそば	牛乳 みそ蒸しパン	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ドーナツ	麦茶 お月見だんご	
	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
昼食	鶏肉のさっぱり煮 マセドアンサラダ 小松菜のみそ汁	肉豆腐 すいとん汁 オレンジ	運動会がんばろう! 〈完全給食〉 チキンライス ほうれん草サラダ マカロニスープ ゼリー	鮭フライ ホイルキャベツ にらのみそ汁 トマト	ホイコーロー 春雨サラダ チンゲン菜の スープ パナナ	〈運動会〉
15時	牛乳 なべやき	牛乳 きなこラスク	牛乳 メロンパン	牛乳 おにぎり	麦茶 せんべい	
	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
昼食	〈敬老の日〉 	ぶりの照り焼き わかめサラダ 鶏肉とごぼうの みそ汁 パナナ	〈完全給食〉 豚丼 白菜と きのことスープ オレンジ	かぼちゃの シチュー 切干大根の さっぱりサラダ 梨	〈秋分の日〉 	〈希望保育〉
15時		牛乳 さつまいもクッキー	牛乳 じゃこトースト	麦茶 きなこ棒		
	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
昼食	〈防災メニュー〉 さば缶のみそ煮 切干大根煮 わかめのみそ汁 ミニゼリー	なすの ミートグラタン チンゲン菜の 豆乳スープ パナナ	誕生会 〈完全給食〉 ビーフストロガノフ 三色サラダ ゼリー	鮭の南部焼き ごぼうサラダ いんげんのみそ汁 オレンジ	筑前煮 さんまのすり身汁 りんご	
15時	麦茶 おにぎり	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 スイートポテト	麦茶 ヨーグルト	牛乳 ミニあんぱん	

・献立は都合により変更になる場合がございます。ご了承ください。・今月の平均栄養量は459kcal、1日の平均塩分量は2.1gです。

実りの秋です

秋は果物やいも類などおいしいものがいっぱい
 いです。今が旬の食材をどんどん取り入れて
 秋の味覚を味わいましょう。

防災の取り組み

9月26日には総合避難訓練があるので、防災月間の取り
 組みとして、給食では乾物や缶詰を使用した
 メニューを提供する予定です。