



今月のこんだて表

幼児食 2022年9月号
し〜な保育園

日	曜	主食	主菜	副菜	汁・飲み物	午後おやつ
1	木	ごはん	鮭の磯風味ピカタ	チーズ入りマッシュポテト フルーツ	具だくさん汁	りんごケーキ
2	金	ごはん	鶏のから揚げ	キャベツとパインのサラダ フルーツ	えのきのすまし汁	ひじきとしらすのおにぎり
3	土	麺	けんちんうどん	ほうれん草のナムル 杏仁フルーツ	麦茶	ごま塩おにぎり
4	日					
5	月	ごはん	炊き込みごはん	ごまネーズ フルーツ	豚汁	原宿ドッグ
6	火	ごはん	チンジャオロース	豆ツナサラダ フルーツ	豆腐のみそ汁	フルーチェ
7	水	ごはん	サバの塩焼き	納豆和え りんごヨーグルト	大根のみそ汁	きなこサンド
8	木	麺	ひんやりそうめん	ボリュームサラダ フルーツ	麦茶	さつま芋のおにぎり
9	金	ごはん	お月見カレー	アスパラサラダ フルーツ	コンソメスープ	スイートポテト
10	土	ごはん	五目丼	フルーツ	ほうれん草のみそ汁	チーズおにぎり
11	日					
12	月	ごはん	白身魚のムニエル	ポテトソテー フルーツ	春雨スープ	かぼちゃ蒸しパン
13	火	ごはん	鶏肉のピザ焼き	切干大根煮 マスカットゼリー	ほうれん草のみそ汁	ヨーグルトケーキ
14	水	パン	ポークビーンズ	ブロッコリーのごま和え フルーツ	オニオンスープ	わかめおにぎり
15	木	麺	サーモンのクリームパスタ	ブロッコリーサラダ フルーツ	コンソメスープ	フライドチーズポテト
16	金	ごはん	擬製豆腐	青菜とツナの和え物 フルーツ	わかめのみそ汁	ミルクもち
17	土	麺	きつねうどん	竹輪とじゃが芋の金平 フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり
18	日					
19	月	敬老の日				
20	火	ごはん	豚肉と厚揚げの胡麻みそ煮	コールスローサラダ フルーツ	ほうれん草のみそ汁	ホットケーキ
21	水	ごはん	ハンバーグ	コーンとチーズのサラダ フルーツ	わかめスープ	ゼリー
22	木	青菜 ごはん	白身魚のフライ	ひじきサラダ フルーツ	大根のみそ汁	鮭おにぎり
23	金	秋分の日				
24	土	麺	肉うどん	小松菜の胡麻和え フルーツヨーグルト	麦茶	ゆかりおにぎり
25	日					
26	月	ごはん	麻婆豆腐	春雨サラダ チーズ・フルーツ	かぶの中華スープ	梅しらすおにぎり
27	火	ごはん	チキンカレー	しらすサラダ フルーツ	オニオンスープ	ハムチーズ蒸しパン
28	水	麺	焼きそば	きゅうりとひじきの酢の物 フルーツ	すまし汁	ミニたい焼き
29	木	ジャム サンド	クラムチャウダー	磯和え ぶどうゼリー	麦茶	おかかおにぎり
30	金	ごはん	赤魚のおろし煮	がんもの含め煮 フルーツ	もやしのみそ汁	おまかせゼリー



※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。 ※午後のおやつには牛乳がつけます。