



# 今月のこんだて表

幼児食 2023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	金	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	土	麺	けんちんうどん	ほうれん草のナムル フルーツ	麦茶	シューアイス
3	日					
4	月	ごはん	鶏のから揚げ	ポパイサラダ フルーツ	油揚げのみそ汁	レーズン蒸しパン
5	火	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	水	ごはん	チンジャオロース	ツナサラダ フルーツ	豆腐のみそ汁	フルーチェ
7	木	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	きなこ粉サンド
8	金	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	土	ごはん	中華丼	フルーツ	ほうれん草のみそ汁	チーズおにぎり
10	日					
11	月	パン	ジャムサンド	磯和え フルーツ	クラムチャウダー	おかかおにぎり
12	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	いちご蒸しパン
13	水	ごはん	白身魚のムニエル・きのこソース	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	木	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	マスカットゼリー
15	金	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	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
17	日					
18	月	敬老の日				
19	火	ごはん	擬製豆腐	青菜とツナの和え物 フルーツ	さつま芋のみそ汁	ミルクもち
20	水	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	木	パン	鶏肉のトマト煮	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
22	金	青菜 ごはん	白身魚のフライ・トマトソース	ひじきサラダ フルーツ	大根のみそ汁	鮭おにぎり
23	土	秋分の日				
24	日					
25	月	パン	プチホットドッグ	マカロニサラダ フルーツ	ミネストローネ	焼きおにぎり
26	火	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	きな粉マカロニ
27	水	ごはん	鶏のピザ焼	ポテトステーキ フルーツ	春雨スープ	かぼちゃ蒸しパン
28	木	麺	焼きうどん	きゅうりとひじきの酢の物 フルーツ	わかめスープ	ミニたい焼き
29	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
30	土	運動会				

※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。