



9月 給食献立表



※材料の都合により献立が変更になることがあります

 はお誕生日会です。

R6.8 仁摩保育園 栄養士 山崎 春香

月	火	水	木	金	土
2日 かき揚げ キャベツ昆布和え 豆腐のみそ汁 (ピザトースト)	3日 タンドリーチキン 三色和え コンソメスープ (おにぎり)	4日 魚のソース揚げ 小松菜サラダ 中華スープ (アイス)	5日 豚肉の生姜焼き 春雨の酢の物 かきたま汁 (焼きそば)	6日 鶏肉とさつまいもの揚げ煮 マカロニサラダ わかめスープ (クッキー)	7日 スパゲッティ
9日 ポトフ ツナサラダ スパゲッティソテー (お好み焼き)	10日 麻婆豆腐 カリカリきゅうり たらこポテト (蒸しぱん)	11日 魚の梅焼き キャベツのゆかり和え みそ汁 (おにぎり)	12日 炒り豆腐 コールスローサラダ レバーの生姜煮 (クッキー)	13日 肉じゃが 小松菜のごま和え 栄養きんぴら (マカロニきなこ)	14日 チャーハン
16日 秋分の日 	17日 鶏肉のマリネ キャベツの昆布和え ワカメスープ (ゼリー)	18日 魚の南蛮漬け ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 (蒸しぱん)	19日 八宝菜 かみかみ和え 金時豆煮 (おにぎり)	20日  ハンバーグ シルバーサラダ コンソメスープ (誕生ケーキ)	21日 炊き込みご飯
23日 振替休日 	24日 カレーライス マカロニサラダ チーズ (アイス)	25日 鮭のレモン焼き 小松菜の納豆和え 中華スープ (フルーツポンチ)	26日 チキンビーンズ 菜種和え こんにゃくの土佐煮 (ジャムサンド)	27日 炒り豆腐 キャベツサラダ ちくわの磯辺揚げ (おにぎり)	28日 うどん
30日 筑前煮 フライドポテト あらめ煮 (じゃこトースト)	<p>まだまだ残暑の厳しい日が続いていますね；夏の疲れが出る時期で体調を崩しやすくなります。しっかりと休養を取りバランスの良い食事を心がけてください。お弁当の日は来月から再開しますのでよろしくお願いします。</p> 				

