

# 9がつのこんだて

令和4年度 うさぎ保育所

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび	にちようび		
			<b>1</b> ごはん すき焼風煮込み 青菜のごまじゃこ和え そうめん汁  梨ゼリー 牛乳	<b>2</b> 雑穀ごはん 酢鶏 小松菜の白和え 麩の味噌汁  豆乳もち 牛乳	<b>3</b> ごはん 豚肉のプルコギ もやしのオイマヨサラダ さつまいもの白味噌汁  ジャーマンポテト 豆乳	<b>4</b> ごはん 野菜の肉巻き ブロccoliの磯香和え 根菜のコンソメスープ  メープルホットケーキ 豆乳		
	○ 午前おやつは果物と牛乳です。 こすもす・ひまわり組は午前おやつ無し、給食時に果物と牛乳がつけます。 ○ 献立内容を変更することがあります。 ○ 土・日・祝日の献立は、 卵、乳・乳製品を使用していません。 ご了承いただけますよう、よろしくお願いいたします。	<b>5</b> ゆかりごはん 厚揚げのきのこあんかけ そうめん瓜の 梅おかか和え ごぼうのごま味噌汁 さつまいもチップス 牛乳	<b>6</b> 鮭としめじの和風 クリームうどん 揚げごぼうのサラダ モロヘイヤのスープ  おこわだんご 牛乳	<b>7</b> ごはん ミートローフ りんごと柿のフルーツサラダ 切干大根のスープ  ぺろぺろ焼き 牛乳	<b>8</b> ごはん タルタルフィッシュフライ スタミナ納豆サラダ なめこの赤だし  パンプキンマドレーヌ 牛乳	<b>9</b> きのコカレーライス 梨のフレンチサラダ ひよこ豆のスープ  マシュマロフレーク 牛乳	<b>10</b> マーボー丼 チンゲン菜のナムル きんぴら風味噌汁  スイートポテト 豆乳	<b>11</b> ごはん 鶏の塩麹焼き 和風ポテトサラダ キャベツとツナのスープ  小松菜レモンケーキ 豆乳
<b>12</b> ごはん ガリバタチキン まめまめサラダ 秋なすの味噌汁  さくさく甘辛ごぼう 牛乳	<b>13</b> 梅じゃこごはん 鮭の西京焼き ひじきとツナの和え物 わかめのすまし汁  多伎のいちじくケーキ 牛乳	<b>14</b> ロールパン 里芋グラタン りっちゃんのサラダ ミネストローネ  カルシウムおにぎり 牛乳	<b>15</b> <span style="color: #FF9900;">ひまわり組クッキング</span> ごはん 温しゃぶのごまだれ さつまいもとごぼうの きんぴら きくらげのスープ 卵プリン お茶	<b>16</b> <span style="color: #FF9900;">こすもす組クッキング</span> まいたけの 炊き込みごはん かぼちゃのそぼろ煮 切干大根の中華和え 豆腐の味噌汁 サーターアングギー 牛乳	<b>17</b> ごはん 梅つくね焼き キャベツの塩っぺ漬け うずまき麩のすまし汁  ジャムスコーン 豆乳	<b>18</b> 焼きビーフン カロテン和え 中華スープ  鶏きのこおこわ 豆乳		
<b>19</b> ごはん 筑前煮 えのきと油揚げの 酢の物 南瓜の味噌汁 手作りツナマヨパン 豆乳	<b>20</b> レバーのパリパリ 春巻き丼 チンゲン菜のしらす和え 秋野菜の豚汁  ラスク 牛乳	<b>21</b> 野菜たっぷり塩ラーメン 南瓜のいとこ煮 中華きゅうり  おはぎ 牛乳	<b>22</b> ごはん さつま揚げ モロヘイヤのごまよごし まいたけのすまし汁  りんごとセサミケーキ 牛乳	<b>23</b> 運動会	<b>24</b> ごはん 肉じゃが 小松菜のごま和え キャベツとコーンの味噌汁  りんごのショートブレッド 豆乳	<b>25</b> カレーピラフ 野菜とツナのマリネ ポパイスープ  納豆おやき 豆乳		
<b>26</b> くりごはん ししゃもの塩焼き きのこのお浸し かき玉汁  フルーツきんとん 牛乳	<b>27</b> ハヤシライス 南瓜のコロコロサラダ 具だくさんスープ  マカロニあべかわ 牛乳	<b>28</b> ごはん しゅうまい ささみのポン酢和え 里芋の味噌汁  おかず蒸しパン 牛乳	<b>29</b> <span style="color: #FF9900;">誕生日お祝い献立</span> キャロットライス トンテキ さつまいもの スイートサラダ ささみ入りコンソメスープ お楽しみおやつ 牛乳	<b>30</b> 鶏の照り焼き丼 野菜のかき揚げ カレイと白ねぎの味噌汁  焼きそばパン 牛乳				

