

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		
			1 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	2 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	3 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	4 ごはん 野菜の肉巻き ブロッコリーの磯香和え 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、よろしくお願いします。	5 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	6 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	7 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	8 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	9 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	10 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	11 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
12 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	13 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	14 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	15 ひまわり組クッキング 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	16 こすもす組クッキング 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	17 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	18 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		
19 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	20 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	21 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	22 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	23 運動会	24 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	25 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		
26 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	27 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	28 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	29 誕生日お祝い献立 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	30 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				

