

9月

献立表

赤池保育所

日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前	午後
1月	豚肉 煮卵スープ じゃがいも	豚、人参、豆腐、じゃがいも、ピーマン	牛乳 おか	牛乳 ゼリー
2火	豆腐ハンバーグ 肉のじゃがいも	とろろ、人参、豆腐、じゃがいも、人参	牛乳 バナナ	牛乳 おか
3水	白身魚のピカタ 玉ねぎのすのこの	カレー、玉ねぎ、人参、あずき、豆腐	牛乳 おか	牛乳 豆腐トースト
4木	冷やれ中華 スライス肉と	人参、じゃがいも、ニンニク、まが、トマト	牛乳 ソムニ	牛乳 おか
5金	豚の肉と豆腐 フォロニオ	人参、玉ねぎ、ピーマン、人参、かまぼこ	牛乳 チーズ	牛乳 ミニミ
6土	ハヤシシチュー コーンスロー	人参、玉ねぎ、しめじ、キャベツ、コーン	牛乳 おか	牛乳 おか
8月	鶏肉煮 じゃがいも ずのこの	カレー、じゃがいも、人参、人参、人参	牛乳 おか	牛乳 おか
9火	とろろ汁 じゃがいも	とろろ、人参、玉ねぎ、卵、白菜	牛乳 バナナ	牛乳 じゃがいも
10水	握サバ 豆腐のすのこの	サバ、豆腐、人参、人参、あずき、玉ねぎ	牛乳 おか	牛乳 グレープ
11木	ナポリタン オニオン	ウインナー、玉ねぎ、じゃがいも、人参	牛乳 ヨーグルト	牛乳 おか
12金	おたまじゃくし ②	★赤飯、ポッキーからあげ、そりめ、ナス、ブロッコリー	牛乳 おか	牛乳 おか
13土	ハヤシ じゃがいも	豚、人参、じゃがいも、人参、かまぼこ	牛乳 おか	牛乳 おか
16火	カレー じゃがいも ツナとキャベツの	人参、人参、ツナ、キャベツ、人参	牛乳 チーズ	牛乳 ワッキー
17水	すのこの煮あずき じゃがいも	人参、じゃがいも、ピーマン、じゃがいも	牛乳 バナナ	牛乳 おか
18木	とろろ じゃがいも ツナと豆腐の	とろろ、ツナ、人参、じゃがいも、豆腐	牛乳 おか	牛乳 ポップコーン
19金	大豆の汁 じゃがいも	ソーセージ、大豆、じゃがいも、しめじ、人参	牛乳 リンゴ	牛乳 おのり焼
20土	じゃがいも 卵スープ	豚、人参、卵、ピーマン、じゃがいも、人参	牛乳 おか	牛乳 おか
22日	オムレツ じゃがいも	卵、じゃがいも、人参、人参、人参	牛乳 チーズ	牛乳 ミニミ
24水	魚の煮あずき じゃがいも	人参、人参、じゃがいも、人参、人参	牛乳 ヨーグルト	牛乳 おか
25木	レバーの甘煮 じゃがいも	レバー、人参、コーン、人参、人参	牛乳 おか	牛乳 おか
26金	肉じゃが ナスのみじん切	豚、人参、あずき、人参、人参、人参	牛乳 バナナ	牛乳 フォリン
27土	豚汁 じゃがいもの煮あずき	じゃがいも、人参、人参、人参、人参	牛乳 おか	牛乳 おか
29月	人参の煮あずき じゃがいも	とろろ、人参、人参、人参、人参	牛乳 おか	牛乳 おか
30火	チキン南蛮 じゃがいも	とろろ、人参、人参、人参、人参	牛乳 おか	牛乳 ミニミ

秋のお健康



春は「はる」
秋は「あき」と季節により、おやつが
変わります。

お健康には、小豆の赤い色に魔除きの効果があるといわれています。
砂糖が貴重だった時代には甘いものを
供えることが感謝の花びらであり、このころ
お祖父母のお供え物として食べられる
習慣があります。

