

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 火	肉じゃが 豆すのみ汁 千草和え	豚、玉葱、トマト、キャベツ、あじ	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
2 水	魚のフライ 豆スープ ずのもの	豆、白菜、卵、キャベツ、しらす	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
3 木	和風パスタ コーンスープ のり塩ポテト	ベーコン、しめじ、えのき、じゃが芋	牛乳 バナナ	牛乳 ポットケーキ
4 金	豚の生が焼き 中華スープ トマトのソテー	人参、小松菜、ナス、玉葱、卵	牛乳 おかレ	牛乳 フルーツ ポーション
5 土	マーボーナス しゅうまい	豚ミンチ、ツナ、玉葱、人参、ニンニク	牛乳 ふわふわ	牛乳 おかレ
7 月	冷麺 ストミナ納豆 天ぷら	ハム、トマト、モヤシ、南ハ、卵	牛乳 おかレ	牛乳 スコーン
8 火	南ハのそぼろ煮 きのこの汁 伊三杯	南ハ、厚あじ、胡ハ、えのき、豆	牛乳 チーズ	牛乳 おかレ
9 水	塩サバ かつおと昆布 のり煮	豚、落布、コーヤ、人参、豆、卵	牛乳 おかレ	牛乳 じゃが芋
10 木	レバーの甘辛煮 フライパンのスープ ちわのソテー	ツナ、人参、ちいわ、胡ハ、落布	牛乳 おかレ	牛乳 クロンパン
11 金	豚とじゃが芋の かきあげ 豆のソテー 甘酢和え	豚、モヤシ、人参、玉葱、モヤシ	牛乳 バナナ	牛乳 おにぎり やき
12 土	焼うどん ニラ卵スープ	ツナ、トマト、かまぼこ、玉葱、モヤシ	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
14 月	夏野菜カレー 野菜サラダ ゆで卵	ニンニク、トマト、レタス、ナス、南ハ	牛乳 おかレ	牛乳 スノーボール フッキー
15 火	とろろぼうしスープ 豆とわかめ の汁	エリンギ、しめじ、ごぼう、ツナ	牛乳 チーズ	牛乳 フロリン
16 水	ずしみの五色あじ えのきの卵スープ ゆで大根煮	人参、玉葱、ごぼう、ピーマン、平天	牛乳 ヨーグルト	牛乳 おかレ
17 木	蓮根ハンバーグ ロースト ジャーンポテト	豚ミンチ、レタス、ウインナー、玉葱	牛乳 おかレ	牛乳 チーズ ケーキ
18 金	お餅まき日会	みかん、豚の南蛮煮、南ハスープ、きんぴら、豆	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
19 土	揚げ卵の春雨スープ 春巻	豚、人参、白菜、卵、しいたけ、春雨	牛乳 バナナ	牛乳 おかレ
24 木	ハヤシシチュー コールスロー ゆで卵	牛、キャベツ、コーン、しめじ	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
25 金	チキン南蛮 野菜スープ ちわの ナムル	ムネオ、胡ハ、ちいわ、モヤシ、人参	牛乳 おかレ	牛乳 おにぎり
26 土	ハヤシ じゃが芋	豚、人参、白菜、かまぼこ、卵	牛乳 ふわふわ	牛乳 おかレ
28 月	うなぎ 漬物 厚揚げ卵	平天、かしわ、卵、落布、こんにゃく	牛乳 おかレ	牛乳 島根 おにぎり
29 火	揚げうどん 落布スープ 煮豆	豚、ピーマン、卵、金時豆、人参	牛乳 バナナ	牛乳 ピザ
30 水	魚のホイル焼き かつおのたまご卵 たまごのあん	豚ミンチ、ナス、しめじ、えのき	牛乳 チーズ	牛乳 ショコラ ケーキ

秋のお彼岸

秋分の日と中日として挟んだ7日間を

“秋のお彼岸”といいます。

おはじやお団子などとお仏壇にお供え

した。お線香とあげた。

お墓参りをする風習があります。



生野菜を食べよう

9月といってもまだまだ暑い日が続きます。

そして夏の疲れを出してくる頃です。

生野菜サラダを食べ、はちみつをのせて

いかがでしょうか？

