9月行事・献立予定

令和6年度　　こどもパル

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	朝のおやつ	3時のおやつ
2	月	身体測定	なすのボロネーゼ 青のりポテト　ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ オレンジ	スパゲティ　なす　牛肉　豚肉　玉ねぎ　人参　ピーマン　トマト じゃがいも　青のり　ブロッコリー キャベツ　パセリ　玉ねぎ　マッシュルーム　人参 オレンジ	豆乳 レーズンパン	牛乳　クッキー
3	火		さわらの味噌だれ ブロッコリーのおかか和え 沢煮碗 バナナ	さわら　ごま ブロッコリー　ひじき　人参　かつお節 豚肉　人参　ごぼう　椎茸　たけのこ　水菜 バナナ	牛乳　煎餅	豆乳 マカロニあべ川
4	水		筑前煮 スティックきゅうり 生揚げの味噌汁 オレンジ	鶏肉　人参　れんこん　ごぼう　里芋　椎茸　いんげん きゅうり 生揚げ　人参　玉ねぎ　ねぎ オレンジ	豆乳 バナナ	冷やしうどん
5	木	絵本貸し出し	レバーの中華漬け 元気になるお浸し わかめのすまし汁 バナナ	豚レバー　にんにく　ねぎ　しょうが　ごま ほうれん草　小松菜　もやし　人参　昆布佃煮 玉ねぎ　わかめ　ねぎ バナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ジャムサンド
6	金	布団持ち帰り	揚げ餃子 中華和え ベーコンスープ グレープフルーツ	餃子の皮　豚肉　キャベツ　玉ねぎ　しょうが きゅうり　人参　もやし　ハム　春雨　卵 玉ねぎ　ベーコン　パセリ　人参 グレープフルーツ	牛乳　小魚	フルーツ ヨーグルト
7	土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース せんべい
9	月	絵本返却	ラーメン 根菜の煮物 小魚の佃煮 オレンジ	中華麺　豚肉　玉ねぎ　もやし　人参　ねぎ 大根　人参　ごぼう　しめじ　鶏肉　いんげん いわし　ごま オレンジ	牛乳　クッキー	牛乳 ホットケーキ
10	火		白身魚の磯辺揚げ　添え菜 小松菜のごま和え そうめんのすまし汁 バナナ	おひょう　青のり　レタス 小松菜　もやし　人参　ごま そうめん　かまぼこ　わかめ　ねぎ バナナ	牛乳　せんべい	飲むヨーグルト 小魚
11	水	安全指導の日	麻婆ナス ちくわときゅうりの酢の物 ほうれん草のすまし汁 梨	豚肉　なす　豆腐　ねぎ　しょうが　にんにく ちくわ　しらす　きゅうり　人参　ごま ほうれん草　玉ねぎ　人参　卵　ねぎ 梨	豆乳　米菓子	牛乳 ハムサンド
12	木	誕生会	おめでとうランチ	鶏肉　人参　椎茸　ごぼう　しめじ　えのき　なると　鶏肉　卵 ブロッコリー　レタス　きゅうり スパゲティ　ベーコン　玉ねぎ　人参　ピーマン　大根漬け パイン	りんごジュース	フルーツパフェ
13	金	布団持ち帰り	秋野菜カレー りんごサラダ チーズ　オレンジ	南瓜　なす　玉ねぎ　トマト　豚肉　ピーマン キャベツ　りんご　人参　きゅうり チーズ　オレンジ	牛乳 スティックパン	月見ゼリー カルシウム ウエハース
14	土				牛乳 サブレ	りんごジュース ソフトあられ
17	火		親子うどん　ボイルウインナー 野菜チップス ひじきふりかけ パイン	うどん　鶏肉　玉ねぎ　人参　かまぼこ　卵　ねぎ　ウインナー ごぼう　さつまいも　じゃがいも ひじき　しらす　ゆかり　ごま パイン	牛乳 ロールパン	プリン
18	水		煮魚 春雨の中華和え 野菜のすまし汁 バナナ	赤魚　生姜 きゅうり　人参　もやし　ハム　春雨　卵 小松菜　大根　人参　えのき　ひじき バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ピザトースト
19	木	食育の日 絵本貸し出し	★揚げ豚の３色和え ★きつねサラダ きのこのすまし汁　梨	豚肉　生姜　ほうれん草　人参　パイン 油揚げ　大根　人参　きゅうり　ツナ えのき　しめじ　玉ねぎ　わかめ　ねぎ　梨	オレンジゼリー	牛乳 ★かりんとう風トースト
20	金	布団持ち帰り	鶏のバンバンジー焼き しらすサラダ 味噌汁 オレンジ	鶏肉　生姜　ごま しらす　きゅうり　大根　コーン さつま芋　ほうれん草　玉ねぎ オレンジ	牛乳 ソフトあられ	牛乳 マカロニかりんとう
21	土				牛乳 ソフトせんべい	オレンジジュース クラッカー
24	火	避難訓練 絵本返却	和風スパゲティ 人参しりしり にら玉スープ グレープフルーツ	スパゲティ　玉ねぎ　しめじ　小松菜　ベーコン 人参　ツナ にら　玉ねぎ　えのき　卵 グレープフルーツ	豆乳　煎餅	牛乳　ふかし芋
25	水		タンドリーフィッシュ マカロニサラダ ビーフンスープ　パイン	鮭　生姜　ヨーグルト マカロニ　レタス　きゅうり　人参　ハム ビーフン　玉ねぎ　キャベツ　もやし　人参　しいたけ　ねぎ　パイン	牛乳 せんべい	切り干し大根の おにぎり
26	木		肉じゃが かに蒲鉾の酢の物 なめこ汁 バナナ	豚肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　いんげん かに蒲鉾　人参　キャベツ　きゅうり　春雨 なめこ　玉ねぎ　豆腐　ねぎ バナナ	牛乳　米菓子	牛乳　卵サンド
27	金	布団持ち帰り	鯖の胡麻みそ焼き かみかみ和え わかめ汁 オレンジ	鯖　ごま　生姜 切干大根　きゅうり　人参　ハム　ごま はんぺん　わかめ　人参　ねぎ オレンジ	牛乳　バナナ	豆乳　かりんとう
28	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース 塩せんべい
30	月		五目焼きそば 野菜のゆかり和え わかめのすまし汁 バナナ	中華麺　豚肉　玉ねぎ　もやし　人参　キャベツ　ピーマン　青のり キャベツ　きゅうり　人参　梅しそ わかめ　生揚げ　人参　玉ねぎ　ねぎ バナナ	牛乳 レーズンパン	牛乳　カナッペ

おめでとうランチ・・・大山おこわ　チキンカツ　ブロッコリーサラダ　ナポリタンスパゲティ　大根漬け　パイン
食育の日のサンプル展示は1歳児です。主食（御飯）の量は70ｇです。
今月の果物はバナナ、オレンジ、パイン、梨、グレープフルーツ、りんごを予定しています。
都合により献立を変更する場合があります。
★印は新メニューです。