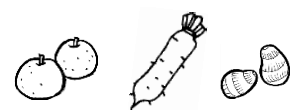


令和8年度		9月			献立表		女 塚 保 育 園										
今月の目標		食中毒の時期、食前の手洗いうがいを忘れずに！！					上段: 1, 2歳児のおやつ										
月		火		水		木		金		土		給食だより					
		1 防災 献立		2		3		4		5		夏バテ解消！！ 少しずつ涼しくなり暑さでおちていた食欲も戻って る時期です。 身体の調子を整えるには、 ビタミン・ミネラルを多く 含んだ食品を摂るよう心が けましょう。					
		豆乳、カルシウムせんべい カレーライス(非常食) みかん、パイ(非常食缶詰) 味噌ミルクスープ		牛乳、ロールクッキー ジャージャー麺 揚げボール煮 グレープフルーツ ほうれん草のかき玉汁		豆乳、クラッカー ご飯 魚の南部焼き 切り干し大根の炒め煮 ミニトマト オレンジ 豚肉とさつま芋の味噌汁		牛乳、クッキー バターロール コーンフレークチキン フレンチサラダ バナナ ポトフスープ		牛乳、クラッカー 豚肉と舞茸の混ぜご飯 人参と豆苗の和え物 梨 味噌汁(わかめ、葱)		牛乳、きな粉ラスク		牛乳、にゅうめん		牛乳、胡麻ビスケット	
		水、クラッカー(非常食)		牛乳、塩昆布チャーハン スルメ		牛乳、きな粉ラスク		牛乳、にゅうめん		牛乳、胡麻ビスケット							
7		8		9		10		11		12		“秋の味覚を十分に！” サンマ、イワシ、里芋、 さつまいも、しいたけ、 梨、ぶどう…など					
牛乳、クラッカー ご飯 ふわふわ蓮根団子揚げ 小松菜の彩和え オレンジ 味噌けんちん汁		豆乳、カルシウムせんべい カレーライス キャロットサラダ フルーツポンチ		牛乳、ビスケット あんかけ焼きそば バンバンジーサラダ バナナ ハンペンスープ		豆乳、ロールクッキー ご飯 魚の梅肉焼き 青梗菜の和え物 ミニトマト グレープフルーツ 豚肉とエリンギの味噌汁		牛乳、クラッカー バターロール ミートマカロニグラタン レタスフレンチサラダ 梨 ポパイスープ		牛乳、クッキー 和風スパゲティ 水菜とコーンのサラダ バナナ チキンスープ		麦茶、ジャムクラッカー					
牛乳、あんこの包み焼き		牛乳、金魚すくいクッキー		牛乳、卵サンド		牛乳、焼きビーフン		牛乳、味噌おにぎり、スルメ									
14		15		16		17		18		19		魚に親しもう！ ●旬が豊富…海に囲まれ た日本は、魚介類の種類 も多くて新鮮です。 ●いろいろな調理方法が 出来ます…煮物、焼き 物、揚げ物、サラダ、汁 物 ●おいしい！お米によく あう…米に足りない必須 アミノ酸のヒスチジン、 リジンを補います。 ●カルシウム、DHAが 豊富です！…骨が丈夫に なります。 ●肉よりも太りにくい					
牛乳、カルシウムせんべい そばろご飯 キャベツのおかか和え グレープフルーツ 味噌汁(豆腐、葱)		豆乳、クラッカー バターロール スペイン風オムレツ グリーンサラダ バナナ オイスタースープ		牛乳、ビスケット ふりかけご飯 肉じゃが煮 ほうれん草の納豆和え 梨 味噌汁(なめこ、三つ葉)		豆乳、クラッカー ミートソーススパゲティ 小松菜サラダ オレンジ パプリカスープ		牛乳、クッキー ご飯 煮魚 蓮根の五目きんぴら ミニトマト グレープフルーツ 味噌汁(卵、にら)		牛乳、ロールクッキー 食パン(ジャム) ビーフシチュー ブロッコリーの卵サラダ バナナ 小魚		牛乳、胡麻ひじきおにぎり					
牛乳、米粉ビスケット		牛乳、青菜と油揚げの混ぜご飯 スルメ		牛乳、ゆで栗、オレンジ		牛乳、あずき蒸しパン		牛乳、すいとん汁		牛乳、胡麻ひじきおにぎり							
21		22		23		24		25		26							
 敬老の日		国民の休日		秋分の日 		誕生日会		十五 夜		牛乳、ビスケット プルコギ丼 カリカリきゅうり グレープフルーツ 豆腐スープ							
						豆乳、クラッカー ミートボールクリームライス 花野菜サラダ りんご オクラスープ		牛乳、ロールクッキー 焼きうどん 水菜のフレーク和え 梨 澄まし汁(かまぼこ、三つ葉)		牛乳、ミルクラスク							
						牛乳、お楽しみケーキ		牛乳、二色おはぎ									
28		29		30													
牛乳、クラッカー ご飯 魚の塩麹焼き ほうれん草の海苔和え ミニトマト オレンジ 牛肉ときのこの味噌汁		豆乳、カルシウムせんべい 五目うどん がんもの含め煮 おくらのゆかり和え バナナ 小魚		牛乳、クッキー チャーハン 南蛮サラダ 梨 ワンタンスープ													
牛乳、さつま芋お焼き		牛乳、ピザトースト		牛乳、バナナクッキー													