



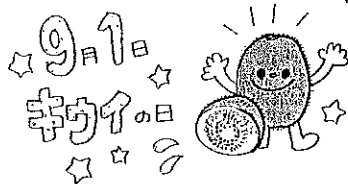
9月予定献立表

<平成28年>
大崎保育園

日	曜日	献立	乳児		3時のおやつ
			追加	10時	
1	木	にんじんの夕焼けご飯、魚の味噌煮、ポテトサラダ、すまし汁、フルーツ	レーズン	フルーツ せんべい	バナナスキム ケーキ
2	金	ソースカツ丼、きゅうりの酢の物、煮豆、みそ汁、フルーツ	豆腐	フルーツ ポーロ	クレープ
3	土	きつねうどん、ツナサラダ、フルーツ	プチトマト	フルーツ ウエハース	
5	月	わかめご飯、なすと豚肉の味噌炒め、オクラとチーズのあえ物、すまし汁、ゼリー	うずら卵	フルーツ クラッカー	きな粉団子
6	火	ご飯、いわしの蒲焼、マカロニサラダ、みそ汁、フルーツ	わかめ	フルーツ かみ昆布	杏仁豆腐
7	水	ご飯、鶏のから揚げ、白和え、すまし汁、フルーツ	チーズキス	フルーツ ポーロ	かき氷
8	木	キーマカレー、ひじきサラダ、枝豆、ヨーグルト	プチトマト	フルーツ クラッカー	ワイルドボート
9	金	<誕生会>		フルーツ ビスケット	ケーキ
10	土	ミートスパゲティ、さつま芋サラダ、フルーツ	レーズン	フルーツ せんべい	
12	月	ご飯、ふりかけ、魚の塩焼き、春雨サラダ、かき玉汁、フルーツ	きな粉	フルーツ クラッカー	サターアングキー
13	火	ご飯、コロッケ、しらすあえ、みそ汁、フルーツ	プチトマト	フルーツ ウエハース	卵サンドパン
14	水	クリームスパゲティ、鶏の照り焼き、切り干し大根サラダ、フルーツ	豆腐	フルーツ せんべい	チョコクッキー
15	木	ご飯、豚のしょうが焼き、ごまあえ、すまし汁、フルーツ	しらす	フルーツ クラッカー	チーズケーキ
16	金	大豆入りわかめご飯、ミートローフ、きのこサラダ、みそ汁、フルーツ	チーズキス	フルーツ ポーロ	スキムゴマ豆腐
17	土	牛丼、すまし汁、フルーツ	わかめ	フルーツ せんべい	
19	月	<敬老の日>			
20	火	ご飯、味付海苔、鮭のレモン蒸し、納豆和え、みそ汁、ゼリー	うずら卵	フルーツ ポーロ	きな粉のマフィン
21	水	<弁当の日>		フルーツ ウエハース	おはぎ
22	木	<秋分の日>			
23	金	ご飯、チーズとコーンのハンバーグ、スティックきゅうり、里芋の煮付け、みそ汁、フルーツ	わかめ	フルーツ ビスケット	みたらし団子
24	土	<運動会>		フルーツ せんべい	
26	月	雑穀大豆ご飯、ポークチャップ、おひたし、コンソメスープ、フルーツ	茹ブロッコリー	フルーツ ウエハース	スキムポーロ
27	火	ラーメン、手羽中の塩焼き、ナムル、フルーツ	プチトマト	フルーツ ふかし芋	お好み焼き
28	水	ハヤシライス、コールスロー、チーズキス、フルーツ	レーズン	フルーツ ビスケット	フルーツヨーグルト
29	木	炊き込みご飯、煮魚、野菜のスキムごま酢あえ、すまし汁、フルーツ	豆腐	フルーツ せんべい	ごまドーナツ
30	金	メロンパン、鶏のパン粉焼き、かみかみサラダ、ミネロネ、ヨーグルト	うずら卵	フルーツ かみ昆布	スキム鬼まん

9月1日 キウイの日

(ゼスプリ・インターナショナルジャパン制定)
「9キュー 1イ」の語呂合わせから制定されました。
キウイはビタミンE、Cと食物繊維が豊富です。
ゴールドキウイは甘味が強くビタミンCが豊富。
グリーンキウイは甘味と酸味がバランスよく。



今日は何の日

9月15日 ひじきの日 (日本ひじき協議会制定)

ひじきは日本では古くから家庭のお惣菜のひとつとして親しまれてきました。
カルシウム等のミネラル、食物繊維が豊富です。
ひじきを食べて、健康長寿につなげようという願いを込めて制定されました。

