



9月予定献立表



＜令和 3年＞
大崎保育園

日	曜日	献立	10時のおやつ	3時おやつ
1	水	肉うどん・煮豆・ブロッコリーのしらす和え・りんご	ハッピーターン バナナ	いなり寿司
2	木	ご飯・鶏肉のマーマレード煮・きゅうりの酢の物・みそ汁・バナナ	さきいか	りんごケーキ
3	金	コーンご飯・たらとひじきの栄養揚げ・マカロニサラダ・チンゲン菜のスープ オレンジ	スティックパン	フルーツポンチ
4	土	豚丼・すまし汁・オレンジ	クラッカー りんご	ぼたぼた焼き バナナ
6	月	ご飯・さばの塩焼き・なすとピーマンの鍋しぎ・すまし汁・オレンジゼリー	チーズトースト	チヂミ
7	火	大豆入りわかめご飯・ポークチャップ・小松菜のきのこ和え・みそ汁・りんご	きな粉マカロニ	ポテトグラタン
8	水	＜誕生会＞バターロールパン・いちごジャム・チキンカツ・かみかみサラダ ブロッコリースープ・オレンジ(0・1歳)・なし(2・3・4・5歳)	ぱりんこ りんご	ぶどうのケーキ
9	木	納豆ご飯・さわらの煮付け・ほうれん草のおひたし・みそ汁・ヨーグルト	バナナチップ	麩のラスク
10	金	＜ご当地グルメ・石川県＞ 金沢カレー・大根サラダ・チーズ・バナナ	さきいか	生どら焼き
11	土	親子丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	星食べよ バナナ
13	月	ご飯・プルコギ・海藻サラダ・中華スープ・オレンジ	スティックパン	じゃがもちーず
14	火	＜おにぎりパーティ＞おにぎり(4・5歳)ご飯(0・1・2・3歳)(昆布の佃煮・はちみつ梅 おかか)・豚肉となすのさっぱり炒め・ブロッコリーの納豆和え・みそ汁・りんご	ハッピーターン バナナ	マーマレードマフィン
15	水	ご飯・味付けのり・鶏肉の塩麴焼き・春雨サラダ・かきたま汁・ヨーグルト	さきいか	カルピスゼリー
16	木	ご飯・トンテキ・キャベツのゆかり和え・みそ汁・オレンジ	ポーロ りんご	人参パンケーキ
17	金	ご飯・ふりかけ・鮭の幽庵焼き風・もやしのナムル・すまし汁・りんご	バナナチップ	フレンチトースト
18	土	焼きそば・もやしとコーンのスープ・オレンジ	クラッカー りんご	ぱりんこ バナナ
20	月	＜敬老の日＞		
21	火	わかめご飯・さわらのパン粉焼き・里芋の煮物・みそ汁・りんご	ジャムトースト	ドーナツ
22	水	チキンクリームスパゲティ・イタリアンサラダ・枝豆・オレンジ	さきいか	パウンドケーキ
23	木	＜秋分の日＞		
24	金	ご飯・豚肉のしょうが焼き・切干し大根サラダ・みそ汁・りんご	バナナチップ	おはぎ
25	土	きつねうどん・ほうれん草のごま和え・オレンジ	クラッカー りんご	ぼたぼた焼き バナナ
27	月	ハヤシライス・コールスロー・チーズ・りんご	スティックパン	スイートポテト
28	火	ご飯・鮭のレモン蒸し・ひじきサラダ・みそ汁・ヨーグルト	ハッピーターン バナナ	卵サンド
29	水	＜弁当の日＞	さきいか	ぶどうゼリー ぱりんこ
30	木	ゆかりご飯・豚カツ・小松菜と油揚げの煮浸し・すまし汁・オレンジ	バナナチップ	スキムミルクとごまのクッキー

十五夜(中秋の名月)



1年で最も月が美しく見える「中秋の名月」を鑑賞する「お月見」は、農作物の豊作祈願や収穫への感謝を表す行事です。

また、この日は芋の収穫を祝う日「芋名月」とも言われ、里芋料理も供えます。

ちなみに、十五夜の日は年によって変わり、今年(令和3年)は9月21日です。

保育園でも、昼食には「里芋の煮物」、3時のおやつにはドーナツをお団子に見立てて頂きます。

＜食育クイズ＞

☆次のうち野菜はどれでしょう？

- ①りんご ②みかん ③いちご

いちごは「果実的野菜」と呼ばれています。メロンやすいかなどもこのグループです。

答え ③