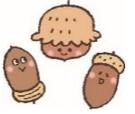




# 予定献立表

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
0～2歳児	469	17.2	14.2	1.8
3～5歳児	488	17.9	14.9	2.0

令和6年9月



2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
♡おせんべい・牛乳 ご飯 豚肉とごぼうとアスパラガスの甘辛炒め コールスローサラダ 長ねぎとしめじとわかめの味噌汁	♡魚肉ソーセージ・飲むヨーグルト 鶏肉と大豆の炊き込みご飯 じゃがいものそぼろ和え お麩と青菜のすまし汁	♡ビスケット・牛乳 ご飯 魚の塩焼き おからの炒め煮 とうがんとなすの赤だしの味噌汁	♡鉄入りクッキー・飲むヨーグルト 納豆ご飯 松風焼き パリパリサラダ かぼちゃと玉ねぎの味噌汁	♡チーズクラッカー・牛乳 中華丼 もやしとニラのナムル わかめとえのきの中華スープ 果物	♡おたのしみ ながかみこども園
☆大根もち・牛乳	☆黒糖ときなこのパイ・牛乳	☆ぶどうゼリー・牛乳	☆スコーン・牛乳	☆揚げない大学芋・牛乳	☆おたのしみ
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
♡おせんべい・牛乳 ご飯 豚肉のごまだれ焼き 春雨ともやしのサラダ エリンギとなめこの味噌汁	♡いもけんぴ・飲むヨーグルト 焼きそば コロコロサラダ 果物	♡かぼちゃクッキー・牛乳 ご飯 魚の焼きおろし煮 ひじきの和風マヨサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	♡豆乳クッキー・飲むヨーグルト ご飯 厚揚げと里芋の煮物 五色和え 切干大根と玉ねぎの味噌汁	♡クラッカー・牛乳 ピラフ カレースープ マカロニサラダ 果物	♡おたのしみ ながかみこども園
☆キャラメルポップコーン・牛乳	☆レモンミルクラスク・牛乳	☆フルーツポンチ・クラッカー・牛乳	☆ココア蒸しパン・牛乳	☆ビーフン・牛乳	☆おたのしみ
16日(月)	17日(火)	18日(水) ファミリーデー	19日(木) ファミリーデー	20日(金) ファミリーデー	21日(土)
	♡チーズ入りかまぼこ・飲むヨーグルト サンマの蒲焼き丼 千草和え 味噌けんちん汁	♡ビスケット・牛乳 ご飯 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーのおかか和え キャベツと油揚げの味噌汁	♡ゴーフレット・飲むヨーグルト ロールパン さつまいものクリームシチュー フレンチサラダ 果物	♡チーズクラッカー・牛乳 ご飯 ひじきいりたまご焼き 大根とりんごのサラダ じゃがいもとわかめの味噌汁	♡おたのしみ ながかみこども園
	☆きぬかつぎ・牛乳	☆大豆入りごまがらめ・牛乳	☆バナナブレット・牛乳	☆おはぎ・牛乳	☆おたのしみ
23日(月)	24日(火) 誕生会	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
	♡いもけんぴ・飲むヨーグルト ご飯 鶏肉と大根の煮物 野菜のごま和え お麩と玉ねぎの味噌汁	♡かぼちゃクッキー・牛乳 ご飯 さばの味噌煮 切干大根のサラダ 白菜とえのきのすまし汁	♡鉄入りクッキー・飲むヨーグルト きつねうどん ごぼうとツナのサラダ 果物	♡クラッカー・牛乳 バターライス 鶏肉のあっさりポトフ 千切り野菜のサラダ 果物	♡おたのしみ ながかみこども園
	☆アップルクーヘン・牛乳	☆レーズンのごっごクッキー・牛乳	☆夕焼けごはん	☆コーンチーズトースト・牛乳	☆おたのしみ
30日(月)					
♡おせんべい・牛乳 二色丼 じゃがいもとベーコンのバターしょうゆ炒め 野菜スープ					
☆ブルーベリーヨーグルト・クラッカー					

## 9月17日は“十五夜”



日本では、旧暦の8月15日の夜を“十五夜”と呼び、月見団子やススキ、里芋、ぶどうなどを供えてお月見をする風習があります。このころの月を“中秋の名月”と呼び、昔から日本人は「一番きれいな月」として眺めてきました。さらに収穫を感謝する初穂祭としての意味もあり、団子は満月に形が似ているため、その年の収穫の感謝とこれからたくさん収穫できるようにという願いがこめられています。

## “実りの秋” 到来！

秋に旬を迎える美味しい食材の見分け方をご紹介します！  
 サンマ：黒目の周りが透明ですんでいるものが新鮮  
 きのこと：カサがあまり開いてなく、軸がしまっているもの  
 ぶどう：軸が青く、粒の表面に白い粉がついているもの  
 さつまいも：よく太っていて、ひげ根やでこぼこが少ないもの  
 栗：鬼皮が褐色でハリと光沢があり、ふっくらと太ったもの



- ♡ 午前おやつ ☆ 午後おやつ
- ◆ ファミリーデー 9月18日(水)  
9月19日(木)  
9月20日(金)
- ◆ 誕生会 9月24日(火)
- ※食材料仕入状況等により、献立表と異なることもありますのでご了承ください。 徳本