

2023年

9月

給食献立表

くりくま保育園

		給食	材料	りす〜ぞうくみ おやつ (材料)	ひよこ おやつ (材料)
1	金	ごはん 鶏の香り焼き 添えトマト 白和え	白米 鶏肉 にんにく 土生姜 醤油 みりん トマト 豆腐 小松菜 さつま芋 こんにゃく 白味噌 醤油 砂糖	牛乳 三色団子 返りちりめん りす〜かるかん 干しぶろん	かるかん (長芋 上新粉) 干しぶろん
2	土	ごはん 牛肉の時雨煮 茄子のかか煮	白米 牛肉 蓮根 ごぼう 人参 糸こんにゃく 絹さや 土生姜 醤油 砂糖 みりん 削り節 茄子 削り節 醤油 みりん かつお節	牛乳 花せんべい 干しぶろん	蒸しじゃが (じゃが芋 塩) 梨
4	月	ごはん 八宝菜 冬瓜の煮付け	白米 豚肉 するめいか キャベツ 人参 白菜 ピーマン 玉葱 もやし 生椎茸 塩 コショウ 醤油 片栗粉 菜種油 冬瓜 油揚げ 土生姜 削り節 醤油 みりん	牛乳 焼き芋 (さつま芋) 梨	焼き芋 (さつま芋) りんご寒天 (りんご 寒天)
5	火	19 ごはん 鮭の甘酢あんかけ かぼちゃサラダ	白米 鮭 玉葱 えのき 生椎茸 塩 醤油 砂糖 米酢 削り節 片栗粉 かぼちゃ 胡瓜 人参 玉葱 オリーブ油 砂糖 米酢 塩 コショウ カレー粉	牛乳 りんごゼリー (りんごジュース 砂糖 寒天)	長芋のお焼き (長芋 キャベツ 塩 片栗粉 菜種油)
6	水	20 ごはん 千切大根の煮物 千草和え	白米 牛肉 千切大根 人参 玉葱 干し椎茸 絹さや 油揚げ 削り節 醤油 砂糖 みりん 小松菜 もやし えのき 醤油	牛乳 お月見パン (薄力粉 ドライイースト 塩 砂糖 菜種油)	干しぶろん じゃが芋もち (じゃが芋 片栗粉 塩) ミニトマト
7	木	21 ごはん 豚肉と厚揚げの味噌炒め 長芋の梅肉和え	白米 豚肉 厚揚げ 人参 キャベツ 玉葱 青葱 味噌 砂糖 塩 コショウ 菜種油 片栗粉 長芋 梅干し みりん 焼きのり	牛乳 バジタブルせんべい 梨	きんとん (さつま芋 長芋) 紫芋せんべい
8	金	22 冷やし中華 かぼちゃの煮物	中華麺 鶏ささみ もやし 胡瓜 トマト わかめ 白胡麻 米酢 醤油 砂糖 ごま油 かぼちゃ 削り節 醤油 みりん	お茶 おにぎり (白米 かつお節 醤油 焼きのり)	人参おにぎり (白米 人参 塩) 干しぶろん
9	土	ごはん 豚肉と春雨の炒め物 ピーマンのじゃこ煮	白米 豚肉 春雨 人参 玉葱 チンゲン菜 菜種油 醤油 塩 コショウ ピーマン ちりめんじゃこ 醤油 みりん 削り節	牛乳 きらず揚げ ミニゼリー	蒸しじゃが (じゃが芋 塩) りんご
11	月	25 ごはん ポトフ 中華きゅうり	白米 牛肉 じゃが芋 人参 キャベツ 玉葱 削り節 醤油 塩 コショウ 胡瓜 米酢 醤油 砂糖 菜種油	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ 塩 きな粉 砂糖)	さつま芋饅頭 (さつま芋 上新粉) さくっとあられ
12	火	26 ごはん 豆腐の中華炒め わかめの酢の物	白米 豚肉 豆腐 チンゲン菜 人参 キャベツ 干し椎茸 にんにく 菜種油 削り節 塩 醤油 砂糖 片栗粉 わかめ 胡瓜 長芋 キャベツ 米酢 醤油 砂糖	牛乳 黒糖米粉蒸しパン (米粉 BP 黒糖 豆乳 太白胡麻油 米酢)	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご寒天 (りんご 寒天)
13	水	27 ごはん 鱧のてんぷら 野菜の炊き合わせ	白米 鱧 塩 薄力粉 菜種油 かぼちゃ 厚揚げ 人参 玉葱 茄子 三度豆 醤油 砂糖 みりん 削り節	お茶 ヨーグルト 芋かりんとう	青菜おにぎり (白米 青菜 塩) 干しぶろん
14	木	28 ごはん 鶏のマーマレード煮 シルバーサラダ	白米 鶏肉 マーマレード 醤油 春雨 胡瓜 トマト キャベツ 菜種油 米酢 砂糖 塩 コショウ	牛乳 おからケーキ (薄力粉 BP おから 砂糖 バター 卵 牛乳)	アップルポテト (さつま芋 りんご) ベビースティック
15	金	29 さつま芋ごはん 小松菜のナムル 豚汁	白米 さつま芋 昆布 塩 小松菜 もやし わかめ 醤油 塩 ごま油 豚肉 豆腐 里芋 大根 キャベツ ごぼう つきこん 青葱 削り節 味噌	牛乳 15日 わらびもち (わらびもち きな粉) 29日 お月見団子 (白玉粉 上新粉 砂糖 醤油 片栗粉)	蓮根のおやき (蓮根 片栗粉 塩 菜種油) 梨
16	土	30 ごはん 吹き寄せ煮 じゃが芋の土佐和え	白米 鶏肉 高野豆腐 大根 人参 干し椎茸 こんにゃく ごぼう 蓮根 砂糖 醤油 みりん 削り節 じゃが芋 かつお節 塩	牛乳 お豆腐屋さんのビスケット 干しぶろん	16日さくっとあられ 30日蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) 干しぶろん

暑さも少し落ち着きましたね。秋になり子どもたちの活動量が増えると食べる量が一気に増えます☺
そして、今年のお月見は、29日です。保育園ではおやつにお月見団子を食べます!!
そのほかに、9月をお月見月間として、給食室からなにかサプライズがあるかも!?お楽しみに～

子どもたちがお手伝いしてくれた様子など、ホームページにアップしていますので、ぜひ見てくださいね!