



9月 給食だより

令和5年



以上児

道仏保育園

日	曜	献立名	主な材料	おやつ
1	金	ごはん、鯖のみそ煮、小松菜のなめ茸和え 里芋汁、牛乳、パイナップル	米、鯖、小松菜、人参、えのき、里芋、ごぼう、舞茸 油揚げ	ミルク オートミールクッキー
2	土	ごはん、肉じゃが、海藻サラダ 豆苗のかき玉汁、牛乳、バナナ	米、豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、干椎茸、白滝、海藻 わかめ、きゅうり、パプリカ、豆苗、豆腐、卵	ミルク、ハーベスト おにぎりせんべい
4	月	ごはん、カレイの煮付、豆腐のサラダ、牛乳 玉ねぎと油揚げのみそ汁、グレープフルーツ	米、カレイ、豆腐、水菜、きゅうり、海苔、玉ねぎ、油揚げ 人参、しめじ、万能ねぎ	ミルク、アイス 瀬戸しおせんべい
5	火	背割りロールパン、照り焼きチキン、ごぼうサラダ ホワイトシチュー、牛乳、梨	ロールパン、鶏肉、ごぼう、人参、きゅうり、コーン、ごま ベーコン、じゃが芋、玉ねぎ	ジョア、ミニ今川焼き さきいか
6	水	ごはん、はんぺんのチーズサンドフライ、ひじきの煮物 大根のみそ汁、牛乳、バナナ	米、はんぺん、チーズ、しそ、卵、パン粉、ひじき、人参 さつま揚げ、筍、大根、豆腐	ミルク 焼きうどん
7	木	ごはん、牛煮、マセドアンサラダ なすのみそ汁、牛乳、オレンジ	米、牛肉、玉ねぎ、白滝、紅生姜、さつま芋、人参 きゅうり、ハム、なす、油揚げ、万能ねぎ	ミルク マシュマロパフ
8	金	ごはん、鮭のきのこみそ焼き、白菜のごま酢和え わかめと筍のすまし汁、牛乳、ゴールドキウイ	米、鮭、玉ねぎ、人参、舞茸、エリンギ、白菜、きゅうり ごま、わかめ、筍、豆腐、長ねぎ	ミルク、元気ヨーグルト 味しらべ
9	土	ごはん、鶏肉のトマト煮、春雨サラダ 卵のスープ、牛乳、バナナ	米、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、トマト缶、春雨、きゅうり、ハム 人参、卵、カニカマ、万能ねぎ	ミルク、ビスコ 小魚アーモンドせんべい
11	月	ごはん、さわらの漬け焼き、もやしのナムル じゃが芋のみそ汁、牛乳、グレープフルーツ	米、さわら、もやし、きゅうり、人参、ハム、ごま、じゃが芋 豆腐	ミルク、焼ドーナツ(苺) とんがリコーン
12	火	三色丼、スペニッシュサラダ、水菜のみそ汁、牛乳、柿	米、鶏挽肉、人参、卵、ほうれん草、ごま、サラスパ ハム、きゅうり、水菜、しめじ、豆腐	ミルク、フルーチェ(ピーチ) ごませんべい
13	水	ごはん、しらす納豆、なすとピーマンのみそ炒め あさりのみそ汁、牛乳、黄桃缶	米、しらす、納豆、なす、ピーマン、パプリカ、豚肉、人参 あさり、豆腐、わかめ、長ねぎ	ミルク バナナコア蒸しパン
14	木	五目あんかけラーメン、かぼちゃしゅまい 牛乳、オレンジ	中華麺、豚肉、椎茸、人参、白菜、かまぼこ、かぼちゃ 焼壳の皮、豚挽肉、玉ねぎ	ミルク ふりかけおにぎり
15	金	きのこの炊き込みごはん、さんまの塩焼き、大根おろし すき昆布の煮物、お麸のみそ汁、牛乳、デラウェア	米、舞茸、しめじ、ごぼう、人参、干椎茸、油揚げ、さんま 大根、すき昆布、さつま揚げ、筍、麸、豆腐、えのき、万能ねぎ	ミルク フライドポテト
16	土	ごはん、豚肉の生姜焼き、キャベツ千切り、トマト もやしのみそ汁、牛乳、バナナ	米、豚肉、キャベツ、トマト、もやし、人参、豆腐、玉ねぎ	ミルク、たべっこ動物 ソフトサラダせんべい
19	火	かぼちゃカレーライス、福神漬、水菜と竹輪のサラダ もずくスープ、牛乳、バナナ	米、かぼちゃ、豚肉、人参、玉ねぎ、福神漬、水菜、竹輪 きゅうり、もずく、えのき、万能ねぎ	ミルク ホットケーキ
20	水	ごはん、青のり入り厚焼き玉子、ひじきの中華サラダ 小松菜のみそ汁、牛乳、柿	米、卵、青海苔、ひじき、春雨、きゅうり、ハム、コーン 小松菜、人参、椎茸、豆腐	ミルク ポテトガレット
21	木	ごはん、手作りぎょうざ、きゅうりとわかめの酢みそ和え きのこのみそ汁、りんごジュース	米、豚肉、キャベツ、ニラ、長ねぎ、ぎょうざの皮、きゅうり わかめ、えのき、しめじ、舞茸、人参、豆腐、万能ねぎ	ミルク、ヨーグルト ばかうけ
22	金	ごはん、ししゃもフライ、温野菜サラダ チンゲン菜のみそ汁、牛乳、バナナ	米、ししゃも、卵、パン粉、ブロッコリー、人参、きゅうり さつま芋、パプリカ、チンゲン菜、椎茸、豆腐	ミルク 手作りチョコパン
24	月	ごはん、豚肉とれんこんの甘酢炒め、ほうれん草の磯和え なめこのみそ汁、牛乳、グレープフルーツ	米、豚肉、れんこん、人参、舞茸、長ねぎ、ほうれん草 海苔、なめこ、豆腐、長ねぎ	ミルク、青りんごゼリー ぱりんこ
26	火	ごはん、蒸し鰯の野菜あんかけ、ポテトサラダ 山東菜のみそ汁、牛乳、バナナ	米、鰯、えのき、椎茸、絹さや、じゃが芋、きゅうり、人参 ハム、コーン、山東菜、椎茸、豆腐	ミルク、ピザまん 鉄ウエハース
27	水	オムライスデミソースかけ、鶏のから揚げ チョップドサラダ、ABCスープ、牛乳、ミニゼリー	米、玉ねぎ、人参、グリンピース、コーン、鶏挽肉、卵、鶏肉 レタス、パプリカ、きゅうり、マカロニ、カニカマ、万能ねぎ	ミルク、ビスケット キャラメルチョコムース
28	木	ごはん、ホッケの塩焼き、大根おろし、南瓜の甘煮 けんちん汁、牛乳、柿	米、ホッケ、大根、かぼちゃ、豆腐、ごぼう、人参、大根 里芋、こんにゃく、長ねぎ、しめじ、竹輪	ミルク、ミニ揚げパン うす焼きサラダせんべい
29	金	月見うどん、炊き合わせ、牛乳、うさぎりんご	うどん、卵、かまぼこ、わかめ、長ねぎ、生揚げ、大根 人参、絹さや	ミルク お月見うさぎまんじゅう
30	土	ごはん、赤魚の煮付、棒棒鶏 ワンタンスープ、牛乳、バナナ	米、赤魚、鶏ささ身、レタス、もやし、きゅうり、ミニトマト ワンタン、人参、白菜、椎茸、万能ねぎ	ミルク、ぱたぱた焼き アスパラガスビスケット

十五夜とは？

十五夜とは、1年で最も美しいとされている「中秋の名月」を鑑賞しながら、収穫などに感謝をする行事です。平安貴族が中国の風雅な観月を取り入れ、のちに庶民に広がると、秋の収穫物を供えて実りに感謝をする行事となりました。

十五夜は芋類の収穫祝いを兼ねているので、別名「芋名月」といい、里芋やさつま芋を供えます。

防災の日

9月1日は防災の日です。

近年、大地震をはじめ、台風や豪雨などの災害が全国的に起こっています。災害が起こると水や食料が手に入りにくくなりますので、日ごろから日持ちのする食材を少し多めに買い置きし、使いながら備える『ローリングストック』を実践しましょう。