



# 9月の給食だより

すまირい保育園

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
冷麺 南瓜のそぼろ煮 おかか和え (じゃこおにぎり)	わかめご飯 魚の照り焼き キャベツのソテー みそ汁 (お菓子)	すり身汁 なすの炒め煮 ポテトサラダ (お好み焼き)	鶏のから揚げ ひじきの煮物 胡瓜の酢の物 すまし汁 (スノーボール)	魚の梅ジャム煮 もやしのナムル みそ汁 (ココアカップケーキ)	麺類
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
和風ツナスパゲティ さつま芋の天ぷら コンソメスープ (そぼろおにぎり)	ピラフ 魚のケチャップ煮 切り干し大根の和え物 わかめスープ (ドーナツ)	けんちん汁 里芋の煮物 納豆和え (お菓子)	メンチカツ マカロニソテー 粉ふき芋 すまし汁 (ゼリー)	魚のおろし煮 れんこんサラダ みそ汁 (さつま芋団子)	麺類
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
敬老の日	ドライカレー さつま芋の甘煮 ドレッシングサラダ コンソメスープ (お菓子)	ミネストローネ 鮭のきのこ蒸し焼き なすの揚げびたし (カンパンクッキー)	酢豚 冬瓜のツナ煮 南瓜の胡麻和え みそ汁 (芋ようかん)	魚のみそ煮 もやしの中華風和え すまし汁 (蒸しパン)	麺類
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
冷やしうどん 大根の煮物 塩昆布和え (おかかおにぎり)	秋分の日	肉団子スープ れんこんのきんぴら ひじきのごまマヨ和え (マカロニあられ)	魚の磯辺揚げ きのこソテー ゆかり和え コンソメスープ (おたのしみ)	がめ煮 春雨サラダ みそ汁 (おたのしみ)	麺類
29日(月)	30日(火)				
ぎつねうどん 冬瓜の洋風煮 青菜のお浸し (ゴマ塩おにぎり)	さつまいもご飯 魚のムニエル なすのみそ和え すまし汁 (ヨーグルトケーキ)				

※ 毎日10時に牛乳のおやつ、給食後には旬のフルーツがあります。

※ 枠内の( )は15時のおやつです。

※ 季節の食材を使ったメニューを取り入れています

(さつまいも、南瓜、れんこん、里芋、なす、きのこ、冬瓜、鮭、じゃこ、ごま、りんご、ぶどう)

