



# 甲南山手保育園 献立表



普通食

※月齢の低い1歳児には、食事内容を考慮しています。

月	火	水	木	金	土
《お誕生日会メニュー》 おにぎり(パプリカ・ツナ・コーン) 根菜グラタン レタスサラダ コンソメスープ パイナップル					
2	3	4	5・プール	6	7
ごはん 鰯の梅照り焼き フロッコリーと人参のサラダ 味噌汁(エリンギ) バナナ (黒ごまプリン・お菓子)	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め 切干大根の煮物 味噌汁(さつまいも) りんご (ツナトースト)	ごはん 麻婆豆腐 青梗菜の和え物 中華コーンスープ バナナ (そばめし)	ポークカレーライス スパゲティサラダ なし (ココアケーキ)	ごはん 鯖の浸け焼き キャベツサラダ 味噌汁(なす) バナナ (おばけの天ぷら)	豚肉丼 味噌汁 りんご (ぶどうゼリー・お菓子)
9	10	11・避難訓練	12	13	14
ごはん 海老の甘酢あんかけ 小松菜のお浸し わかめスープ なし (抹茶ミルクゼリー・お菓子)	ごはん レバー入りミートローフ マカロニサラダ オニオンスープ バナナ (冷やしうどん)	ごはん 豚肉ときのこの生姜炒め かぼちゃの胡麻和え 味噌汁(豆腐) りんご (フライドポテト)	ごはん 鶏の治部煮 干草焼き 味噌汁(ほうれん草) バナナ (フルーツヨーグルト)	ごはん 鰯のオランダ煮 きゅうりとワカメの酢の物 味噌汁(オクラ) なし (おはぎ)	肉うどん キャベツのオカカ和え バナナ (お菓子)
16	17	18	19・プール	20	21
敬老の日	炊き込みごはん 鰯の吉野煮 アスパラの和え物 味噌汁(じゃが芋) りんご (ココアミルクゼリー・お菓子)	ごはん 八宝菜 春雨の酢の物 たまごスープ バナナ (きなこマカロニ)	パン 鶏肉ときのこのクリームシチュー ひじきサラダ なし (菜めしおにぎり)	お弁当ごっこ (チーズ蒸しパン)	焼きそば 味噌汁 りんご (さつまいものレモン煮)
23	24	25	26	27	28
秋分の日	ごはん 鰯の胡麻味噌焼き フロッコリーのサラダ 味噌汁(なす) バナナ (嶺岡とうふ・お菓子)	お誕生会 (お楽しみケーキ)	ごはん 鯖のカレーあんかけ 炒り豆腐 すまし汁(ワカメ) バナナ (カルピスゼリー・お菓子)	ごはん 豚肉と里芋の煮物 小松菜ときのこのサラダ 味噌汁(白菜) りんご (浮島)	麻婆丼 すまし汁 バナナ (お菓子)
30	※食材の都合により変更することがあります。				
ごはん 鯖の甘酢あんかけ 金平ごぼう 味噌汁(ひじき) バナナ (さつまいもケーキ)	日本の秋の風物詩「十五夜」				

十五夜とは旧暦の8月15日(新暦の9月中旬~10月初旬ごろ)前後のことをいいます。「満ち欠ける月の様子」や「作物が月の満ち欠けとともに成長する」ことから、

1. 農作物の収穫
2. ものごとの結実
3. 祖先とのつながり

を連想し、それぞれに感謝し祈るようになったのが十五夜です。  
そして、2019年の中秋の名月(十五夜)は9月13日だそうです。  
ですが、今年の満月の日は9月14日になっています。  
天文学や旧暦などの違いで十五夜と満月の日が1~2日誤差があるそうです。  
満月の14日にはきれいな月さまが見られるといいですね(\*^^)



☆☆9月の旬の食材☆☆  
れんこん・さといも・なす・きゅうり・ズッキーニ・まつたけ・・・  
かき・なし・りんご・ぶどう・・・  
さんま・さば・いわし・・・



# 甲南山手保育園

# 献立表



完了食

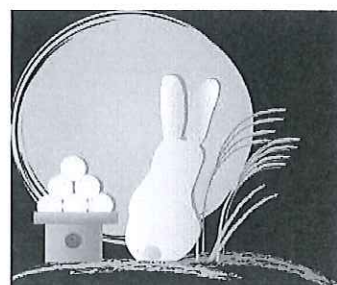
※月齢の低い1歳児には、食事内容を考慮しています。

月	火	水	木	金	土
《お誕生日会メニュー》 おにぎり(パプリカ・ツナ・コーン) 根菜の豆乳煮 レタスサラダ なすと玉ねぎのスープ パイナップル					
2	3	4	5・プール	6	7
ごはん 鰯の梅照り焼き ブロッコリーと人参のサラダ 味噌汁(エリンギ) バナナ (黒ごまプリン・お菓子)	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め 切干大根の煮物 味噌汁(さつまいも) りんご (ツナおにぎり)	ごはん 麻婆豆腐 青梗菜の和え物 中華コーンスープ バナナ (そばめし)	ごはん 豚肉と野菜の煮物 スパゲティサラダ 味噌汁(ワカメ) なし (ココア蒸しパン)	ごはん 鰯の浸け焼き キャベツサラダ 味噌汁(なす) バナナ (こぶさいも)	豚肉丼 味噌汁 りんご (ぶどうゼリー・お菓子)
9	10	11・避難訓練	12	13	14
ごはん 鰯と野菜の煮物 小松菜のお浸し わかめスープ なし (抹茶ミルクゼリー・お菓子)	ごはん ミートローフ マカロニサラダ じゃがいものスープ バナナ (冷やしうどん)	ごはん 豚肉ときのこの生姜炒め かぼちゃの胡麻和え 味噌汁(豆腐) りんご (ふかし芋)	ごはん 鶏の治部煮 豆腐と野菜の煮物 味噌汁(ほうれん草) バナナ (フルーツヨーグルト)	ごはん 鰯と野菜の煮物 きゅうりとワカメの酢の物 味噌汁(オクラ) なし (おはぎ)	肉うどん キャベツのオカカ和え バナナ (お菓子)
16	17	18	19・プール	20	21
敬老の日	炊き込みごはん 鰯の吉野煮 アスパラの和え物 味噌汁(じゃが芋) りんご (ココアミルクゼリー・お菓子)	ごはん 八宝菜 春雨の酢の物 豆腐のスープ バナナ (きなこマカロニ)	パン 鶏肉ときのこの豆乳煮 ひじきサラダ なし (菜めしおにぎり)	混ぜごはん 鶏と野菜の煮物 ポテトサラダ 味噌汁(ワカメ) ぶどう (チーズ蒸しパン)	焼きそば 味噌汁 りんご (さつまいものレモン煮)
23	24	25	26	27	28
秋分の日	ごはん 鰯の胡麻味噌焼き ブロッコリーのサラダ 味噌汁(なす) バナナ (額岡とうふ・お菓子)	お誕生会 (お楽しみケーキ)	ごはん 鰯と野菜の煮物 炒り豆腐 すまし汁(ワカメ) バナナ (カルピスゼリー・お菓子)	ごはん 豚肉と里芋の煮物 小松菜ときのこのサラダ 味噌汁(白菜) りんご (蒸しパン)	麻婆丼 すまし汁 バナナ (お菓子)
30	※食材の都合により変更することがあります。				
ごはん 鰯と野菜の煮物 金平ごぼう 味噌汁(ひじき) バナナ (さつま芋ケーキ)	日本の秋の風物詩「十五夜」♪				

十五夜とは旧暦の8月15日(新暦の9月中旬～10月初旬ごろ)前後のことをいいます。「満ち欠けする月の様子」や「作物が月の満ち欠けとともに成長する」ことから、

1. 農作物の収穫
2. ものごとの結実
3. 祖先とのつながり

を連想し、それぞれに感謝し祈るようになったのが十五夜です。そして、2019年の中秋の名月(十五夜)は9月13日だそうです。ですが、今年の満月の日は9月14日になっています。天文学や旧暦などの違いで十五夜と満月の日が1～2日誤差があるそうです。満月の14日にはきれいなお月さまが見られるといいですね(\*^^)



### ★9月の旬の食材★

れんこん・さといも・なす・きゅうり・ズッキーニ・まつたけ・・・  
かき・なし・りんご・ぶどう・・・  
さんま・さば・いわし・・・

9月の献立（休日）

1日	8日	15日	16日
ミートスパゲティー かぼちゃのスープ 果物	豚肉丼 味噌汁 果物	肉うどん <small>キャベツのオカカ和え</small> 果物	中華丼 ワカメスープ 果物
22日	23日	29日	
焼きそば 味噌汁 果物	鶏の照り焼き丼 味噌汁 果物	麻婆丼 すまし汁 果物	