



9月 予定献立表



令和3年 8月30日発行
幼保連携型認定こども園
こども園ひがしどり
編集 木村 千里

日付	曜日	献立名	未満児	おやつ		エネルギー	
				午前(3歳未満児)	午後(全園児)		
1	水	わかめラーメン がんもどきの含め煮 千切り大根の漬物りんご	ごまかつおにぎり	フルーツ	手作り ピザトースト 牛乳	498kcal	
2	木	キャロットライス 煮込みハンバーグ 春雨サラダ ミニトマト ミルクスープ ぶどうゼリー	じゃがいもの磯和え	フルーツ	手作りお月見まんまる ドーナツ 牛乳	誕生会	
3	金	赤魚の煮付け カミカミ温野菜 郷土けんちん汁 パナナ	黄金煮	フルーツ	手作り 人参ヨーグルト 蒸しパン 牛乳	3~5歳児 参観日	
4	土	十和田バラ焼き わかめとかまぼこの酢の物 きゃべつと生揚げのみそ汁 フルーツミックス	鮭フレーク	フルーツ	エアリアル 牛乳	486kcal	
5	日						
6	月	さんまの塩焼き すき昆布の煮物 さつま汁 オレンジ	鶏肉のみそ焼き	フルーツ	カップヨーグルト	496kcal	
7	火	ビーンズカレー カクテルサラダ フルーツミックス	八杯汁	フルーツ	手作り マシュマロ サンド 牛乳	630kcal	
8	水	納豆おひたし 五目厚焼玉子 おでん りんご	ミニトマト	フルーツ	手作り コーン スコーン 牛乳	0~2歳児 参観日	
9	木	チャンポン麺 枝豆フリッター みそごぼろ ヤクルト	いかナゲット	フルーツ	手作り茹でとうもろこし 牛乳	546kcal	
10	金	🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉 遠足 🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉				プリン	-
11	土	はるさめ炒め 棒餃子 豆腐と小松菜のみそ汁 洋ナシ缶詰	笹かまぼこ	フルーツ	源氏パイ 牛乳	532kcal	
12	日						
13	月	鶏五目御飯 ハタハタフライ 菊花入り煮びたし いものこ汁 幸水梨	いり豆腐	フルーツ	ジャガビー 牛乳	秋田県のふるさと献立	
14	火	ねじりパン ウィンナーのケチャップ炒め 大根の和風サラダ パンプキンシチュー ジョアミニ	きゅうりツナサラダ	フルーツ	手作り大学芋 牛乳	505kcal	
15	水	天丼 いかの酢味噌和え 大根菜っ葉のみそ汁 パインアップル	さつまいも入り白和え	フルーツ	手作り フルーツ寒天	520kcal	
16	木	クリームスープパグッティ もやしのカレードレッシングサラダ もずくスープ ブドウ	スティックきゅうり	フルーツ	手作り 韓国風おにぎり 麦茶	598kcal	
17	金	マーボー丼 レンコンサラダ なめこと大根のみそ汁 りんご	紅白煮	フルーツ	カップヨーグルト	642kcal	
18	土	回鍋肉 ニラと桜えびのチヂミ わかめとえのきのみそ汁 フルーツミックス	肉団子	フルーツ	えび満月 牛乳	528kcal	
19	日						
20	月	敬老の日					
21	火	四色納豆 五目きんぴら 三平汁 オレンジ	かぼちゃの甘煮	フルーツ	手作り 十五夜キラキラ フルーツミックス	489kcal	
22	水	味噌ラーメン ポテトサラダ 梨ゼリー	豆腐炒め	フルーツ	手作り 芋ようかん 牛乳	490kcal	
23	木	🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁 秋分の日 🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁					
24	金	ハヤシライス ひじきのサラダ カップヨーグルト	なすと玉ねぎのみそ汁	フルーツ	おはぎ・スルメ ジャッキー 牛乳	485kcal	
25	土	小松菜のとうふよせ スタミナ炒め じゃがいもと油揚げのみそ汁 フルーツミックス	ツナちくわ和え	フルーツ	雪の宿 牛乳	522kcal	
26	日						
27	月	ホッケの塩焼き ひじきと大豆の煮物 みそ風味ちゃんこ ヤクルト	ポイルウィンナー	フルーツ	手作り プリンマフィン 牛乳	497kcal	
28	火	豆パン マカロニグラタン グリーンサラダ コーンスープ ジョアミニ	ジャガバター	フルーツ	手作り 天むす 麦茶	559kcal	
29	水	鶏のごま味噌焼き ナムル 韓国風味付けのり きゃべつと生揚げのみそ汁 幸水梨	白菜のシーチキン煮	フルーツ	手作り茹でとうもろこし 牛乳	560kcal	
30	木	月見うどん 浅漬けサラダ 里芋の煮物 パナナヨーグルト	味噌田楽	フルーツ	コーンフレーク	442kcal	

今月のふるさと給食

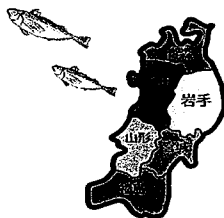
秋田県

☆ハタハタ

「ハタハタがないと正月が迎えられない」というほど秋田県民に愛されている魚です。またハタハタを発酵させて作る「しょっつる」も有名です。

☆いもの子汁

里芋を主役に鶏肉や山菜など秋の実りの時期に食べられる具だくさんの汁です。



お知らせ

10日は遠足のため、お弁当となります
※離乳食の子は園で調理する為お弁当の持参はありませぬ



行事にちなんだ給食

21日・十五夜

ススキやお団子をお供えし秋の収穫に感謝する意味があります。中秋の名月をお子さんと眺めてみてはいかがでしょうか

24日・お彼岸のおはぎ

ご先祖様を供養するためにお墓参りをします。お墓に行けなくても手を合わせて感謝を伝えることで有意義な時間を過ごせそうですね

