



# 9月の給食(離乳食献立)だより

令和5年度

さくらんぼ保育園

日	曜	献立名(材料名)
1	金	おかゆ・味噌汁(大根・小松菜)・豚肉と豆腐の煮物(挽肉・豆腐・人参・えのき茸) かぼちゃサラダ(かぼちゃ・さつまいも・スキムミルク)
2	土	煮込みうどん(うどん・挽肉・きゃべつ・人参・小松菜・もやし・昆布だし) 豆腐と白菜の旨煮(豆腐・白菜・玉ねぎ・豆乳・すりごま)
4	月	おかゆ・ホワイトシチュー(挽肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・切り干し大根・豆乳・上新粉) 中華和え(人参・小松菜・もやし・カットわかめ)
5	火	おかゆ・味噌汁(じゃがいも・切り干し大根・ねぎ)・煮魚(白身または赤身の魚) ささみと野菜のサラダ(鶏ささみ肉・きゃべつ・きゅうり・人参)・焼きバナナ(バナナ)
6	水	おかゆ・スープ(豆腐・小松菜)・じゃがいものそぼろ煮(挽肉・玉ねぎ・じゃがいも・ブロッコリー・片栗粉) ころころサラダ(人参・きゅうり・コーン・スキムミルク)
7	木	おかゆ・澄まし汁(えのき茸・カットわかめ)・野菜ののそぼろ煮(挽肉・切り干し大根・人参・玉ねぎ・ピーマン) ブロッコリーのごま和え(ブロッコリー・人参・すりごま)
8	金	おかゆ・さつま汁(挽肉・さつまいも・人参・豆腐・ねぎ)・切り干し大根の含め煮(切り干し大根・人参) とろとろ納豆和え(納豆・えのき茸・カットわかめ)
9	土	煮込みうどん(うどん・挽肉・玉ねぎ・人参・しめじ・ねぎ・昆布だし) えのき茸と野菜の旨煮(えのき茸・小松菜・コーン)
11	月	おかゆ・野菜のそぼろ煮(挽肉・玉ねぎ・人参・小松菜・しめじ・切り干し大根) コールスローサラダ(きゃべつ・人参・きゅうり・コーン・スキムミルク)・煮りんご(りんご)
12	火	秋なす麻婆うどん(うどん・挽肉・人参・なす・にら・豆腐・片栗粉) 野菜のお浸し(きゃべつ・もやし・人参・小松菜・かつお節)
13	水	おかゆ・スープ(カットわかめ・切り干し大根・えのき茸・ねぎ)・ ピーマンのそぼろ炒め(挽肉・ピーマン・玉ねぎ)三色野菜のナムル(人参・もやし・小松菜・すりごま)
14	木	おかゆ・スープ(青梗菜・豆腐)・ポテトバーグ(挽肉・玉ねぎ・じゃがいも・片栗粉) フレンチサラダ(きゃべつ・コーン・きゅうり・人参)
15	金	おかゆ・味噌汁(じゃがいも・小松菜・切り干し大根)・ツナ入り豆腐おやき(ツナ・豆腐・人参・コーン・玉ねぎ ・ねぎ・片栗粉)野菜のごま和え(きゃべつ・人参・もやし・すりごま)・ひじきとりのり佃煮(ひじき・焼きのり)
16	土	煮込みうどん(うどん・挽肉・もやし・玉ねぎ・人参・コーン・昆布だし) 人参とじゃがいものきんぴら(人参・じゃがいも)
19	火	おかゆ・澄まし汁(豆腐・えのき茸・みつ葉)・魚の照り焼き(白身または赤身の魚・片栗粉) 野菜ののり和え(もやし・人参・小松菜・きざみのり)
20	水	おかゆ・スープ(玉ねぎ・小松菜・人参)・ミートローフ(挽肉・豆腐・玉ねぎ・人参・えのき茸・きなこ ・ブロッコリー)ポテトサラダ(じゃがいも・人参・スキムミルク)・焼きバナナ(バナナ)
21	木	おかゆ・澄まし汁(えのき茸・切り干し大根・ねぎ)・チキンバーグ(挽肉・玉ねぎ・人参・片栗粉) 野菜のツナ和え(ツナ・きゃべつ・人参・もやし・すりごま)
22	金	おかゆ・五目味噌汁(大根・人参・えのき茸・豆腐・ねぎ)・野菜のそぼろ炒め(挽肉・小松菜・人参・玉ねぎ ・片栗粉)切り干し大根のさっぱり和え(切り干し大根・人参・きゅうり・もやし)
25	月	おかゆ・ホワイトシチュー(挽肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・豆乳・上新粉) 和風サラダ(人参・小松菜・もやし)
26	火	おかゆ・澄まし汁(豆腐・ねぎ)・魚のごま味噌煮(白身または赤身の魚・すりごま) 人参ともやしのナムル(人参・もやし・しめじ)
27	水	おかゆ・スープ(切り干し大根・ねぎ)・高野豆腐と野菜のそぼろ煮(挽肉・高野豆腐・人参・じゃがいも) コールスローサラダ(きゃべつ・人参・きゅうり・コーン・スキムミルク)
28	木	おかゆ・味噌汁(小松菜・ねぎ・豆乳)・豆腐の煮物(豆腐・玉ねぎ・人参・片栗粉) 納豆和え(切り干し大根・白菜・えのき茸・納豆)・煮りんご(りんご)
29	金	おかゆ・味噌汁(小松菜・もやし)・肉じゃが(挽肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも) 野菜のおかか和え(きゃべつ・人参・小松菜・かつお節)

## 十五夜とは

9月から10月8日の間に満月が出る日を十五夜にといいます。今年の十五夜は9月29日です。お月見にお供えするものは、すすき、団子、農作物などがあります、それぞれ意味があるそうです。

すすき...白い尾花が稲穂に似ているので、魔よけになるそうです。

団子...丸い団子を月に見立て、感謝の気持ちを表す。

農作物...芋、栗、枝豆など収穫されたばかりの農作物を備え、豊作に感謝する。

子どもと一緒ににお供えしてみたいかたがでしょうか？

