

# 9月献立表

令和6年度なかよし保育園

日	曜	昼食・おやつ	使用材料			
			赤 血や肉や魚をつくる	黄 熱や力のもとになる	緑 体の調子を整える	その他 調味料
2	月	豆乳スープ	鶏肉 豆乳	じゃが芋 菜種油	人参 玉葱 しめじ グリンピース クリームコーン缶	コンソメ 塩コショウ
		干切り野菜のサラダ		菜種油 三温糖	キャベツ 人参 きゅうり	酢 塩コショウ
3	火	ウインナーソーデー	ウインナー			
		キャロットケーキ	鶏卵 牛乳	小麦粉 バター	人参	ベーキングパウダー シナモン
4	水	牛乳	牛乳			
		鮭の味噌焼き	鮭 みそ			みりん
5	木	小松菜の磯和え		白玉粉	小松菜 人参 もみ海苔	醤油
		麩のすまし汁		上新粉 片栗粉 菜種油	玉葱 人参 しめじ 三つ葉	だしかつお 醤油
6	金	子デミ風お焼き			ニラ 人参 玉葱	塩 酢 醤油
		牛乳	牛乳			
7	土	ひじきご飯	鶏肉 油揚げ チリメン	三温糖 菜種油	干しひじき 人参	醤油
		白菜の土佐和え	かつお節		白菜 人参 きゅうり	醤油
8	日	なめこ汁	赤みそ 豆腐		なめこ 玉葱 葱	だしかつお
		梨			梨	
9	月	ヨーグルト	ヨーグルト			
		木の葉せんべい				木の葉せんべい
10	火	筑前煮	鶏肉	三温糖 菜種油 里芋 つきこんにゃく	人参 ごぼう れんこん 三度豆	だしかつお 醤油 酒 みりん
		ブロッコリーのごま和え		すりごま	ブロッコリー	醤油
11	水	ふりかけ				ふりかけ
		もちもちきな粉	きな粉	三温糖 白玉粉 ホットケーキミックス 菜種油		
12	木	牛乳	牛乳			
		中華揚げ団子	豚ひき肉	菜種油 片栗粉	玉葱 葱 干し椎茸 生姜	醤油 酒
13	金	中華漬け		三温糖 ゴマ油	きゅうり	酢 醤油 塩 パプリカ粉
		もやしスープ			もやし 人参 玉葱 コーン 葱	鶏がらスープ 醤油 コショウ
14	土	シャーベット				シャーベット
		ひこうきビスケット	牛乳			ひこうきビスケット
15	日	五目うどん	牛肉 油揚げ	うどん麺 三温糖	人参 ほうれん草 葱 干し椎茸	醤油 だしかつお
		オレンジ			出し昆布 乾わかめ	
16	月	バームクーヘン			オレンジ	
		乳児 十穀あられ				バームクーヘン
17	火	幼児 お星さまクッキー				十穀あられ
		牛乳	牛乳			お星さまクッキー
18	水	鮭の照り焼き	鮭		ほうれん草 食用菊	醤油 本みりん
		ほうれん草の菊花和え		さつま芋	玉葱 人参 葱 えのき	醤油
19	木	さつま芋のみそ汁	みそ	さつま芋		だしかつお
		ちんすこう		ラード 小麦粉 片栗粉 三温糖		塩
20	金	りんごゼリー				りんごゼリー
		牛乳	牛乳			
21	土	鶏肉の香り焼き	鶏肉	いりごま	生姜 青のり	醤油 酒
		フルーツサラダ		三温糖 菜種油	キャベツ きゅうり みかん缶 バイン缶	酢 塩コショウ
22	日	豆腐のすまし汁	豆腐		しめじ 玉葱 人参 三つ葉	だしかつお 醤油
		シュガートースト		食パン バター グラニュー糖		
23	月	牛乳	牛乳			
		ジャージャー麺	豚ひき肉 白みそ 赤みそ	中華麺 ゴマ油 三温糖 片栗粉	長ネギ 竹の子 生姜 きゅうり	酒 醤油
24	火	ワカメスープ			玉葱 人参 乾わかめ コーン 葱	鶏がらスープ 塩コショウ
		ポテトお餅	とろけるチーズ	じゃが芋 片栗粉 バター		塩コショウ
25	水	牛乳	牛乳			
		すき焼き風煮	牛肉 焼き豆腐	三温糖 菜種油 つきこんにゃく 白玉粉	玉葱 白菜 葱	醤油
26	木	きゅうりの酢の物	チリメン	三温糖	きゅうり	酢 塩
		味付け海苔				味付け海苔
27	金	ころころドーナツ	鶏卵 牛乳	バター 小麦粉 菜種油 三温糖 グラニュー糖	干しブドウ	ベーキングパウダー
		牛乳	牛乳			
28	土	白身魚のケチャップ煮	メルルーサ	三温糖 片栗粉 菜種油	キャベツ きゅうり 人参 みかん缶	ケチャップ 醤油
		シルバーサラダ		春雨 菜種油 三温糖	乾あおさ 玉葱 えのき	酢 塩コショウ
29	日	あおさ汁	豆腐		キャベツ 青のり	だしかつお 醤油
		お好み焼き	豚肉 鶏卵 豆乳 かつお粉	小麦粉		だしかつお 塩 お好みソース
30	月	牛乳	牛乳			
		ピラフ	鶏肉	バター	玉葱 ピーマン 人参 マッシュルーム	コンソメ 塩コショウ
31	火	白菜スープ			白菜 玉葱 椎茸 人参 葱	コンソメ 塩コショウ
		メロン			メロン	
32	水	乳児 かぼちゃクッキー				かぼちゃクッキー
		幼児 パンダちゃんクッキー				パンダちゃんクッキー
33	木	牛乳	牛乳			

◎印はそう組の9月生まれのお友達のリクエストメニューです

## ジャージャー麺

中華人民共和国の北部の山東省に起源して、主に中国の河北省・山東省・陝西省・河南省・山西省・四川省などの家庭料理であり、香港・台湾・韓国の外食料理でもある。日本でもジャージャー麺やジャージャン麺などの名称で知られている。

# 9月献立表

令和6年度なかよし保育園

日	曜	昼食・おやつ	使用材料			
			赤 血や肉や骨をつくる	黄 熱や力のもとになる	緑 体の調子を整える	その他 調味料
16	月	敬老の日				
17	火	鯖の塩焼き	鯖	すりごま	小松菜 人参	塩
		小松菜のごま和え			大根 玉葱 しめじ 葱	醤油
18	水	大根のみそ汁	みそ 油揚げ			だしかつお
		月見団子		白玉粉 上新粉 三温糖 さらし紹		塩
19	木	乳児 芋団子 (みだらし餡)		じゃが芋 三温糖 片栗粉		醤油
		幼児 プチステック	牛乳			クッキー
20	金	牛乳	牛乳		玉葱 人参 マッシュルーム	ハヤシルウ
		ハヤシルイス	牛肉		キャベツ 人参 きゅうり コーン	マヨドレ 塩コショウ
21	土	コールスローサラダ		テーブルロール グラニュー糖	ぶどう	ペクチン
		ジャムサンドパン (ぶどう)	牛乳			
22	日	牛乳	豚肉	三温糖 菜種油 片栗粉	人参 絹さや 白菜 玉葱 竹の子 椎茸	コンソメ 醤油
		八宝菜	ハム	香粉 三温糖 ゴマ油 いりごま	人参 きゅうり もやし	酢 醤油
23	月	中華風サラダ		さつま芋 菜種油 上白糖 黒ごま		シューマイ
		蒸しシューマイ	牛乳			酢
24	火	大学芋				
		牛乳	ツナの水煮	菜種油 小麦粉	玉葱 人参 生姜 クリンピース	塩
25	水	★お誕生日会★		じゃが芋 三温糖 菜種油	人参 きゅうり コーン	塩
		ツナのおとし揚げ			玉葱 クリームコーン缶 パセリ	酢 塩コショウ
26	木	マセドアンサラダ	鶏卵 牛乳 ダイスチーズ	小麦粉 三温糖 バター		コンソメ 塩コショウ
		コーンスープ	牛乳			わかめご飯の素
27	金	わかめご飯				ベーキングパウダー
		チーズのペニエ	牛肉 油揚げ	うどん類 三温糖	きゅうり トマト	だしかつお 醤油 みりん
28	土	冷やしうどん				
		梨				桃ゼリー
29	日	桃ゼリー				醤油せんべい
		醤油せんべい	牛乳			
30	月	秋分の日				
31	火	けんちん汁	鶏肉 豆腐	里芋 こんにゃく	ごぼう 人参 大根 葱	だしかつお 醤油
		三色ごま和え	ししゃも	すりごま	ほうれん草 人参 コーン	醤油
32	水	ししゃもの素焼き	チリメン	三温糖		醤油
		0.1歳チリメン煮		上白糖	みかん缶 パイン缶 松竹 りんご	アガー
33	木	フルーツポンチ (りんご入り)				ミレービスケット
		ミレービスケット	牛乳			
34	金	牛乳	豚肉	中華麺 ゴマ油	白菜 もやし 人参 生姜 葱	鶏がらスープ 醤油
		◎ラーメン		三温糖 菜種油	ブロッコリー パイン缶	酢 塩コショウ
35	土	ブロッコリーとパイン缶	きな粉	精白米 三温糖		
		おにぎり (きなこ)	牛乳			
36	日	牛乳	さんま	三温糖	生姜	醤油 酒 みりん
		さんまのかば焼き		三温糖 すりごま	切干大根 人参 きゅうり	醤油 酢
37	月	切干大根のごま酢和え	みそ		玉葱 葱 南瓜 えのき	だしかつお
		南瓜のみそ汁		さつま芋 菜種油	れんこん	野菜チップス 塩
38	火	◎野菜チップス	牛乳			
		牛乳	鶏肉	片栗粉 菜種油	生姜	醤油 酒 みりん
39	水	鶏肉のから揚げ		三温糖 菜種油	キャベツ 人参 きゅうり	醤油 酢
		和風サラダ	ベーコン		冬瓜 玉葱 パセリ	コンソメ 塩コショウ
40	木	冬瓜のスープ	豆乳	ホットケーキミックス 三温糖	ほうれん草	
		ほうれん草の蒸しケーキ	牛乳			
41	金	牛乳				
		★秋祭り★	牛肉	三温糖	玉葱 きざみのり	醤油 みりん だしかつお
42	土	牛丼	豆腐 みそ	じゃが芋	玉葱 人参 乾わかめ 葱	だしかつお
		豆腐のくずし汁				
43	日	中華風スープ	豚肉	片栗粉 香粉 ゴマ油	人参 白菜 葱	塩 醤油 コンソメ
		小松菜のナムル		すりごま ゴマ油 三温糖	小松菜 人参 もやし	醤油
44	月	手作りかまぼこ	白身魚のすり身		ミックスベジタブル	
		プチパン	牛乳 粉チーズ ダイスチーズ	白玉粉 ホットケーキミックス		
45	火	牛乳	牛乳			

日本では旧暦の8月15日の夜を「十五夜」と呼び、月見団子やすすき、里芋などを供えて、

お月見をする風習があります。

このころの月を「中秋の名月」と呼んで、昔から日本人は「一番きれいな月」として眺めてきました。

今年は9月17日です、おやつにお団子を食べます。