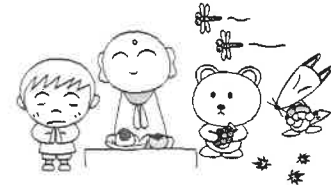




ひばり保育園 9月の献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
1 麻婆豆腐ライス キャベツの昆布和え チーズ スープ スティックパイ・M	2 わかめご飯 レバーの南蛮揚げ 牛肉のチャプチェ スープ パウムクーヘン&おせんべい・J	3 しょうゆラーメン 梨 ごはんみそもち・麦茶	4 ご飯 ハンバーグ みそ汁 ブロッコリーのおかか和え ラスク・M	5 ご飯 マグロカツ きゅうりの酢の物 みそ汁 さつまいも蒸しパン・M 避難訓練 	6 ちゃんぽんうどん バナナ クロワッサン・M
8 ふりかけご飯 ポークビーンズ ツナサラダ スープ フルーチェ・麦茶	9 ご飯 サバのみそ焼き れんこんのきんぴら すまし汁 お好み焼き・M	10 ご飯 豚肉の野菜巻き コーンサラダ みそ汁 わらびもち・M	11 たらこスパゲティー グリーンサラダ オレンジ スープ ホットドッグ・M	12 ふりかけご飯 花しゅうまい 納豆サラダ みそ汁 ポテトフライ・M	13 わかめうどん バナナ チーズ蒸しパン・M
15 敬老の日 	16 中華丼 バナナ スープ クッキー&おせんべい・J	17 ご飯 鮭のムニエル かぼちゃサラダ クリームスープ おからドーナツ・M	18 お楽しみメニュー  ケーキ・M お誕生日会 	19 ハヤシライス わかめサラダ ゼリー スープ スイートポテト・M	20 野菜たっぷりうどん チーズ クロワッサン・M
22 ふりかけご飯 鶏のさっぱり煮 もやしのナムル みそ汁 マシュマロ&おせんべい・J	23 秋分の日 	24 焼きそば チーズサラダ もものシロップ漬け スープ 揚げパン・M	25 お弁当  サブレ&おせんべい・M お弁当デー 	26 ご飯 かじきのおろし煮 ひじき納豆 みそ汁 チーズドッグ・M	27 ふりかけご飯 照り焼きチキン キャベツのソテー スープ おかし・M
29 青菜ご飯 豚肉のしょうが焼き 大豆サラダ みそ汁 コーンフレーク・M	30 カレーうどん りんご ジャムサンド・M 防犯訓練	 9月1日～19日に女子栄養大学の栄養士実習生が2名来ます！！ 5日と18日はそれぞれが考えたおやつを提供します。お楽しみに！ 5日(金) さつまいも蒸しパン 秋が旬のさつまいもを使ったおやつです。 さつまいもは角切りにして歯ごたえがあるようになっています。 17日(水) おからドーナツ おからときな粉を使用し、たんぱく質、カルシウムを補給できるように工夫してあります。 子ども達に喜んでもらえるようにとドーナツを選んでくれました。			エネルギー・・・572kcal たんぱく質・・・20.1g 太字は園行事です。