



ひばり保育園 9月の献立&行事予定



月	火	水	木	金	土	
エネルギー・・・578kcal たんぱく質・・・19.4g 太字は園行事です。	1 青菜ご飯 白身魚のマヨコーン焼き わかめサラダ みそ汁 バウムクーヘン&おせんべい・M	2 冷やし中華 梨 ごはんみそもち・麦茶	3 ふりかけご飯 はんぺんフライ 納豆サラダ みそ汁 ロールカステラ・M	4 ご飯 花しゅうまい はるさめサラダ スープ さつまいもおやき・M	5 野菜たっぷりうどん バナナ クロワッサン・M	
	7 肉みそスパゲティー チーズサラダ ゼリー スープ ホイップクリームパン・M	8 ふりかけご飯 牛肉とれんこんの甘辛炒め きゅうりの酢の物 みそ汁 マシュマロクリスピー・M	9 ご飯 カジキの竜田揚げ 肉じゃが みそ汁 お好み焼き・M	10 さつまいもご飯 ふりチーハンバーグ ツナサラダ みそ汁 ほうれん草の蒸しパン・M	11 ハッシュドビーフ ブロッコリーサラダ オレンジ スープ わらびもち・M 避難訓練 	12 わかめうどん ゼリー おかし・M
14 ふりかけご飯 鶏のさっぱり煮 もやしのナムル みそ汁 フルーチェ・麦茶	15 ご飯 豚肉のしょうが焼き 大豆サラダ みそ汁 かりんとう&おせんべい・J	16 お楽しみメニュー  ケーキ・M お誕生日会 	17 ご飯 鮭の塩焼き 切干煮 すまし汁 クッキー&おせんべい・M ひまわり組クッキング	18 カレーうどん バナナ ラスク・M	19 ふりかけご飯 照り焼きチキン マカロニサラダ スープ おかし・M	
21 敬老の日 	22 国民の休日 	23 秋分の日 	24 わかめご飯 コロケ キャベツのソテー スープ コーンフレーク・M	25 お弁当  ドーナツ&おせんべい・J お弁当デー 	26 わかめうどん バナナ チーズ蒸しパン・M	
28 麻婆豆腐ライス コーンサラダ チーズ スープ サブレ&おせんべい・M	29 焼きそば ブロッコリーのおかか和え 梨 スープ ホットドッグ・M 防犯訓練	30 ご飯 カジキのおろし煮 キャベツの昆布和え みそ汁 マカロニきなこ・M	 8月31日～9月11日に日本栄養大学の栄養士実習生が2名来ます！！ 4日のおやつと10日の給食とおやつは実習生が考えたものを提供します。  4日(金) さつまいもおやき 秋が旬のさつまいもを使ったおやつです。 さつまいもはつぶして小判型に成形して焼きます。手づかみでも食べやすくなっています。 10日(木) ふりチーハンバーグ ハンバーグにふりかけと星の形に型抜きした チーズをかけて焼きます。見た目が楽しめるよう に工夫しました。			