

# 9月 献立予定表

《給食目標》

- きちんと食事をとり、元気に遊びましょう
- 食欲もでてくるので、よく噛んで食べましょう



| 日  | 曜 | 献立名                            |
|----|---|--------------------------------|
| 1  | 火 | ピビンバ ヨーグルト和え 夕顔のみそ汁            |
| 2  | 水 | 鶏肉のマーマレード焼き スパゲティサラダ コンソメスープ 梨 |
| 3  | 木 | 鮭の黄金焼き 野菜のピーナッツ和え なすのみそ汁 ゼリー   |
| 4  | 金 | 唐揚げ もやしとコーンのサラダ 麩のスープ ヨーグルト    |
| 5  | 土 | 貝だくさんうどん汁 バナナ                  |
| 6  | 日 |                                |
| 7  | 月 | なすのピリ辛炒め さつま汁 バナナ              |
| 8  | 火 | きのこ入りカレー 茹で野菜サラダ 牛乳 福神漬 ゼリー    |
| 9  | 水 | ほっけの塩焼き 野菜のごま和え 玉ねぎのみそ汁 バナナ    |
| 10 | 木 | パンプキングラタン カニと豆腐のスープ オレンジ       |
| 11 | 金 | ナポリタン かまぼこサラダ きこのスープ フルーチェ     |
| 12 | 土 | 運動会                            |
| 13 | 日 |                                |
| 14 | 月 | スタミナ丼 カリフラワーのおかか和え なめこのみそ汁 ゼリー |
| 15 | 火 | チキンフレーク焼き マカロニサラダ むらくも汁 オレンジ   |
| 16 | 水 | ひき肉とカリフラワーのカレー炒め ワンタンスープ バナナ   |
| 17 | 木 | 肉団子 青じそサラダ かき玉汁 ゼリー            |
| 18 | 金 | 鶏肉と根菜の甘酢照り焼き 春雨スープ ヨーグルト       |
| 19 | 土 | 貝だくさんうどん汁 バナナ                  |
| 20 | 日 |                                |
| 21 | 月 | 敬老の日                           |
| 22 | 火 | 秋分の日                           |
| 23 | 水 | 豚肉と野菜の生姜炒め じゃが芋のみそ汁 バナナ        |
| 24 | 木 | ドライカレー 海藻サラダ ナン 牛乳 ゼリー         |
| 25 | 金 | 酢豚 ワカメスープ ヨーグルト                |
| 26 | 土 | 貝だくさんうどん汁 バナナ                  |
| 27 | 日 |                                |
| 28 | 月 | ウインナー ひじきの炒め煮 芋の子汁 梨           |
| 29 | 火 | 誕生会                            |
| 30 | 水 | やみつきチキン ナムル 麻婆豆腐 ヨーグルト         |

