

9月の 給食だより



令和 8 年 9 月 枚田みのり保育園

秋分の日近くの時期を「お彼岸」と言って、ご先祖様や亡くなった人たちのことを思い出して大切に作る時期とされています。24日のおやつは、おはぎの代わりにきなこおにぎりを提供します。

秋分の日の近くの時期を「お彼岸」と言って、ご先祖様や亡くなった人たちのことを思い出して大切にしている時期とされています。24日のおやつは、おはぎの代わりにきなこおにぎりを提供します。	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
	ご飯・カレイのチリソース・かぼちゃサラダ みそミルクスープ ☆ 精白米 ☆ まがれい 長ねぎ トマトケチャップ 片栗粉 ☆ かぼちゃ キヤベツ きゅうり にんじん マヨネーズ ☆ さつまいも たまねぎ ほうれんそう にんじん 牛乳	ご飯・包まないお豆腐シュウマイ 春雨サラダ・中華スープ ☆ 精白米 ☆ ぶたひき肉 木綿豆腐 たまねぎ ゆでたけのこ にんじん 生しいたけ ごま油 しゅうまいの皮 ☆ はるめ キヤベツ にんじん きゅうり ☆ チンゲンサイ たまねぎ にんじん えのきたけ	ご飯・納豆・鯖の照りマヨ焼き 小松菜と厚揚げのお浸し・みそ汁(じゃがいも) ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ さば マヨネーズ 薄口しょうゆ 本みりん ☆ にんじん こまつな たまねぎ 生揚げ 砂糖 ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん 青ねぎ	ご飯・ひき肉入り卵焼き ブロッコリーの塩こぶ和え・みそ汁(かぼちゃ) ☆ 精白米 ☆ 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ 鶏卵 青ねぎ 乾ひじき 木綿豆腐 ☆ キヤベツ 塩昆布 ブロッコリー にんじん ☆ かぼちゃ にんじん たまねぎ ほうれんそう	ご飯・豚じゃが・キャベツのゆかり和え・みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ ぶたもも じゃがいも たまねぎ にんじん ☆ キヤベツ りょうとうもやし にんじん ☆ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 青ねぎ
	牛乳・レモンラスク ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン 有塩バター レモン	牛乳・ココアクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ ビューココア 薄力粉 有塩バター	牛乳・みかんケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス みかん缶詰	牛乳・きなこサンド ☆ 普通牛乳 ☆ きな粉 食パン 普通牛乳	牛乳・苺ジャムケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス いちごジャム
	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)
ツナ入り炊き込みご飯 鮭のねぎ塩レモン焼き・三色ナムル ☆ 精白米 まぐろ油漬缶詰 にんじん ごぼう ひじき ☆ さけ レモン 長ねぎ ☆ キヤベツ りょうとうもやし ほうれんそう にんじん いりごま ☆ にんじん たまねぎ えのきたけ 青ねぎ 木綿豆腐	冷やし肉みそうどん・野菜のコンソメ煮 バナナ ☆ うどん ぶたひき肉 にんじん きゅうり めんつゆ ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん ベーコン ☆ バナナ	ご飯・ホキの甘辛揚げ・きゅうりの酢の物 みそ汁(小松菜)・健康ふりかけ ☆ 精白米 ☆ ホキ 片栗粉 ☆ きゅうり にんじん キヤベツ りょうとうもやし ☆ こまつな たまねぎ にんじん 木綿豆腐 ☆ ゆかり 煮干し あおさ	ご飯・豚肉と野菜のみそ炒め じゃがいもとツナの煮物・もずくのかきたま汁 ☆ 精白米 ☆ ぶたかた たまねぎ なす にんじん 青ピーマン ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん まぐろ油漬缶詰 ☆ にんじん たまねぎ もずく 木綿豆腐 鶏卵	ご飯・他人丼・れんこんサラダ みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 牛もも 鶏卵 たまねぎ にんじん 糸みつば ☆ キヤベツ ゆでれんこん にんじん きゅうり いりごま マヨネーズ ☆ 木綿豆腐 たまねぎ こまつな にんじん	わかめごはん・焼きそば・かぼちゃの煮物 すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 カットわかめ ☆ 中華めん ぶたもも にんじん たまねぎ キヤベツ お好み焼きソース あおさ ☆ かぼちゃ ☆ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 青ねぎ
牛乳・チーズクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ 薄力粉 プロセスチーズ 有塩バター	お茶・苺ソースヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ いちごジャム プレーンヨーグルト	牛乳・フルーツ牛乳ゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ フルーツ牛乳 粉寒天 ホイップクリーム	牛乳・鮭のおにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 さけ いりごま	牛乳・オレンジ・小魚 ☆ 普通牛乳 ☆ オレンジ ☆ 煮干し いりごま	牛乳・ココアケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ビューココア ホットケーキミックス
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
ご飯・お豆腐ナゲット・ひじきサラダ みそ汁(さつまいも) ☆ 精白米 ☆ 鶏ひき肉 木綿豆腐 マヨネーズ 片栗粉 ☆ にんじん キヤベツ 乾ひじき マヨネーズ ☆ さつまいも たまねぎ にんじん 青ねぎ	ご飯・鮭のマヨネーズ焼き 切干し大根の煮物・みそ汁(なす) ☆ 精白米 ☆ さけ にんじん たまねぎ マヨネーズ パセリ ☆ 切干しだいこん にんじん さやいんげん ☆ なす たまねぎ にんじん 生揚げ 青ねぎ	ご飯・ポテトオムレツ・ツナの酢の物 チンゲン菜ともやしのスープ ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん 青ピーマン トマトケチャップ ☆ キヤベツ にんじん 生わかめ きゅうり ツナ ☆ チンゲンサイ たまねぎ にんじん もやし	ご飯・カレイの照り焼き・厚揚げの煮物 秋野菜のシチュー・納豆 ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ まがれい ☆ 生揚げ たまねぎ にんじん こまつな ☆ かぼちゃ たまねぎ にんじん ぶなしめじ ほうれんそう 普通牛乳 シチュールウ	ご飯・秋野菜のボークカレー・ブロッコリー入り ツナサラダ・コンソメスープ ☆ 精白米 ☆ ぶたひき肉 にんじん たまねぎ じゃがいも ぶなしめじ カレールウ ☆ ブロッコリー キヤベツ ツナ マヨネーズ にんじん ☆ キヤベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう	ご飯・鶏肉と野菜の煮物 マカロニのケチャップソテー・すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも にんじん じゃがいも たまねぎ ☆ マカロニ・スパゲティ トマトホール缶詰 にんじん たまねぎ トマトケチャップ 青ピーマン ☆ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 青ねぎ
牛乳・チーズ・バナナ ☆ 普通牛乳 ☆ プロセスチーズ ☆ バナナ	牛乳・豆乳わらびもち ☆ 普通牛乳 ☆ 豆乳 きな粉	牛乳・ホイップクリームパン ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン ホイップクリーム	牛乳・お野菜おぐらケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス ほうれんそう にんじん つぶしあん	牛乳・フルーツゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ 寒天 りんごジュース みかん缶詰	お茶・フルーチェ ☆ 麦茶 ☆ 普通牛乳 フルーチェ
21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
敬老の日	国民の休日	秋分の日	ご飯・鶏肉のから揚げ キャベツとわかめの酢の物・けんちん汁 ☆ 精白米 ☆ 鶏もも なたね油 しょうが にんにく ☆ キヤベツ にんじん 生わかめ さやいんげん ☆ だいこん たまねぎ にんじん ごぼう はくさい 青ねぎ 木綿豆腐	ご飯・さんまのパン粉焼き 切り干し大根のサラダ・みそ汁(厚揚げ) ☆ 精白米 ☆ さんま パン粉 パセリ ☆ 切干しだいこん にんじん マヨネーズ ツナ キヤベツ ☆ 生揚げ にんじん たまねぎ こまつな	ご飯・豚の生姜焼き・粉ふきいも みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ ぶたかた しょうが にんじん たまねぎ ☆ じゃがいも あおさ ☆ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 青ねぎ
28(月)	29(火)	30(水)	牛乳・きなこおにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 きな粉 砂糖	ヤクルト・ジャムサンド ☆ 乳酸菌飲料 ☆ 食パン いちごジャム	牛乳・りんごゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ りんごジュース 寒天
ご飯・カレイのにもみじ焼き ブロッコリーのゴマ和え・かぼちゃの豆乳スープ ☆ 精白米 ☆ まがれい にんじん マヨネーズ ☆ ブロッコリー にんじん キヤベツ いりごま ☆ かぼちゃ たまねぎ ほうれんそう にんじん 豆乳	ご飯・親子丼・じゃがいものきんぴら すまし汁(小松菜) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも 鶏卵 たまねぎ にんじん 糸みつば ☆ じゃがいも にんじん さやいんげん いりごま ☆ たまねぎ こまつな えのきたけ にんじん	ご飯・鮭のガーリックパン粉焼き 野菜のソテー・みそ汁(厚揚げ) ☆ 精白米 ☆ たいせいようさけ ガーリックパウダー パン粉 ☆ キヤベツ たまねぎ こまつな にんじん ぶたひき肉 ☆ 生揚げ にんじん たまねぎ じゃがいも 青ねぎ	 暦の上では秋となりました。しかし、まだまだ日差しは強く残暑厳しい日々が続きます。引き続き熱中症にも気をつけていきましょう。これからの季節は、食欲の秋と呼ばれるように沢山の野菜などが収穫の時期を迎えます。秋に旬を迎える食材を給食にも少しづつ取り入れています。もりもり食べて元気に秋を迎えましょう。		
牛乳・バナナ・お麩スナック ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ☆ 車ふ なたね油	牛乳・ゴマラスク ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン いりごま 有塩バター	お茶・コーンフレークヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ コーンフレーク プレーンヨーグルト			
			秋の旬食材 柿 りんご 栗 きのこと さつまいも 里芋 鮭 さば		



暦の上では秋となりました。しかし、まだまだ日差しは強く残暑厳しい日々が続きます。引き続き熱中症にも気をつけていきましょう。これからの季節は、食欲の秋と呼ばれるように沢山の野菜などが収穫の時期を迎えます。秋に旬を迎える食材を給食にも少しづつ取り入れています。もりもり食べて元気に秋を迎えましょう。

秋の旬食材

