



# 9月の献立表



令和2年9月  
双葉保育園

	月	火	水	木	金	土
3歳以上児	☆未満児☆ 朝のおやつ(牛乳)があります。毎週月、水、金曜日にはいりこ又は果物、木曜日には温野菜、又は芋類があります。△は、白ご飯です。	1 サーモンのパン粉焼き 海藻サラダ 虹色風スープ・ぶどう	2 けんちん汁 茄子のお浸し バナナ	3 中華風冷奴 さつま芋の天ぷら りんご	4 肉じゃが キャベツの昆布和え ミニトマト・みかん	5 皿うどん わかめの酢の物 キウイフルーツ
3歳未満児追加食		△ 味噌汁(厚揚げ・葱) 春巻き	△ きびなごのチーズフライ	△ コンソメスープ(チンゲン菜・ピーマン) いら玉	△ 味噌汁(厚揚げ・葱) 春巻き	△ ごぼうポタージュ
おやつ		ミルク・おかし	牛乳・クロックムッシュ	ミルク・おかし	ココアミルク・おかし	
3歳以上児	7 おからスコッチエッグ もやしの中華和え オレンジ	8 鯖のピカタ 切干大根のハリハリづけ バナナ	9 とんかつ カラフルサラダ 人参ポタージュスープ・みかん	10 冷麺 いりこのチーズかけ りんご	11 がんもどき 白菜のごま酢和え ぶどう	12 ミルク中華スープ 変わりごま和え りんご
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(天根・わかめ) 赤魚のバター焼き	人参ご飯、清汁(オクラ・えのき) 里芋の甘煮	△ あさりの酒蒸し	△ じゃが芋のカレー炒め	△ 清汁(椎茸・もやし) ベーコン巻き	△ すり身揚げ
おやつ	ミルク・おかし	牛乳・ほうれん草蒸しパン	ミルク・おかし	お茶・豆乳くずもち	ミルク・おかし	
3歳以上児	14 高野豆腐の卵とじ わかめのみぞれ和え りんご	15【おたのしみランチ】 ・エビマヨ・金平ごぼう ・手羽先の甘煮・じゃこ酢和え ・冷奴・メロン・みかん	16 カレーシチュー キャベツマリネ ぶどう	17 生姜焼き カラフル野菜 オレンジ	18 豆腐団子のケチャップ煮 拌参糸 バナナ	19 あんかけラーメン わかめときゅうりのしらす和え みかん
3歳未満児追加食	△ 清汁(しめじ・レタス) 小芋の味噌煮	△ 味噌汁(茄子・うす揚げ)	△ しゅうまい	△ コンソメスープ(わかめ・豆腐) 千草焼き	かしわご飯、清汁(キャベツ・玉葱) 芋のオレンジ煮	△ 旨煮
おやつ	お茶・信玄だんご	ミルク・おかし	牛乳・チーズケーキ	ミルク・おかし	ミルク・おかし	
3歳以上児	21 敬老の日 	22 秋分の日 	23 だぶ コールスロー バナナ △ 五目揚げ	24 チキンナンバン ほうれん草とトマトの和え物 オレンジ のり巻きおにぎり、コンソメスープ(卵・コーン) 水餃子	25【誕生会】 ポテトチーズ焼き キャベツともやしのサラダ ぶどう ゆかりご飯、清汁(ほうれん草・えのき) ひじき入り卵焼き	26 焼きビーフン きゅうりの酢づけ みかん △ ピキソワーズ(じゃが芋・玉葱)
3歳未満児追加食			△ 五目揚げ	のり巻きおにぎり、コンソメスープ(卵・コーン) 水餃子	ゆかりご飯、清汁(ほうれん草・えのき) ひじき入り卵焼き	△ ピキソワーズ(じゃが芋・玉葱)
おやつ			お茶・スイートポテト	ミルク・おかし	お茶・アイスクリーム	
3歳以上児	28 卵の信田煮 茹で野菜のごま和え りんご	29 厚揚げのカレーグラタン ひじきの炒め煮 バナナ	30 チンゲン菜の豆乳スープ 春雨の酢の物 オレンジ	★さんまの蒲焼丼 作り方 ①フライパンにサラダ油をひいて中火で熱し、薄く小麦粉をまぶしたさんまを身側から並べ入れて、焼き色がつくまで両面焼く。 ②(調味料)の材料を加え、照りよく両面にかからめる。 ③ご飯をとそった丼に錦糸卵をしき、②のさんまの蒲焼をのせ、刻みのりをかけて出来上がり。 (お好みで山莊、葱をのせてはいかがでしょうか)		
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(茄子・葱) えびすり身フライ	△ コンソメスープ(トマト・キャベツ) 中華きゅうり	△ 小田巻蒸し			
おやつ	牛乳・ホットケーキ	ミルク・おかし	お茶・大学芋			

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、バイキングをおたのしみランチに変更します