

# 9月こんだて

2024.9 まつやま保育園

日	曜日	午前のおやつ	ラ ン チ	15時のおやつ
2	月	星っこ ほうじ茶	芋ご飯、冬瓜のすまし汁、鯖の味噌煮 青梗菜の玉子炒め、きゅうりの梅和え	ぶどうゼリー ほうじ茶
3	火	チーズ ほうじ茶	玄米ご飯、㊷きのこの味噌汁、鶏肉のマスタード焼き 長ひじきの煮物、小松菜のおかか和え	長芋のおやき ほうじ茶
4	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、㊸じゃが芋と玉ねぎの味噌汁、ほっけの塩焼き がんもどきの煮物、おかひじきのお浸し	いなり寿司 ほうじ茶
5	木	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、㊹ミネストローネ、チーズハンバーグ 南瓜の甘煮、春雨サラダ	金時豆の煮物 ほうじ茶
6	金	ぱん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、五目汁、桜えびのかき揚げ 生昆布の煮物、バンバンジーサラダ	スキムくずもち ほうじ茶
7	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、モロヘイヤのスープ、麻婆春雨 さつま芋のレーズン煮	Caせんべい、するめ ほうじ茶
9	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、玉子とみょうがのすまし汁、鯖の磯焼き なすの揚げ浸し、切り干し大根のはりはり漬け	米粉のホットケーキ ミルク
10	火	胡瓜 ほうじ茶	玄米ご飯、玉葱の味噌汁、鶏肉の唐揚げ 高野豆腐の玉子とじ、キャベツと桜えびの和え物	りんごジャムヨーグルト ほうじ茶
11	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、とろろ昆布のすまし汁、ぶりの西京焼き じゃが芋のツナ煮、青菜の磯和え	味噌おにぎり ほうじ茶
12	木	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、なめこの味噌汁、ささみの海苔焼き かぶの煮物、チーズ入り南瓜のレーズンサラダ	ポップコーン、きなこ棒 ほうじ茶
13	金	ぱん菓子 ほうじ茶	カレーライス、ズッキーニのスープ、スパニッシュオムレット 大豆のフレンチサラダ	マルゲリータピザ ほうじ茶
14	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、なすの味噌汁、スタミナ炒め、温野菜サラダ	せんべい、昆布 ほうじ茶
17	火	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、玉子と若布のスープ、ホイコーロー 大根のそばろ煮、青菜のじゃこ和え	お月見蒸しパン ミルク
18	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、肉団子のスープ、秋鮭のきのこソース 卯の花、即席漬け	フルーツポンチ ほうじ茶
19	木	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、ニラと油揚げの味噌汁、豚肉の生姜焼き 厚揚げの煮物、ほうれん草のナムル	梅きゅうり巻き ほうじ茶
20	金	ぱん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、ごぼうの味噌汁、ししゃもの唐揚げ 刻み昆布の煮物、胡瓜の塩麴漬け、梨	ふかし芋 ほうじ茶
21	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、かぶの味噌汁、麻婆豆腐、さつま芋のレモン煮	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶
24	火	小魚 ほうじ茶	鶏肉のフォー、白身魚のカレー風味揚げ ブロッコリーときのこソテー、チーズ入りコールスローサラダ	きなこおはぎ ほうじ茶
25	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、豆腐のすまし汁、蒸し豚のごまだれ 五目大豆煮、トマトとしらすの酢の物	コーンブレット ほうじ茶
26	木	ヨーグルト ほうじ茶	玄米ご飯、もやしの味噌汁、秋刀魚の塩焼き 筑前煮、なすのごま和え	南瓜のいとこ煮 ほうじ茶
27	金	チーズ ほうじ茶	チキンライス、コンソメスープ、レバーの唐揚げ サニーレタス、ポテトサラダ	米粉のお好み焼き ほうじ茶
28	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、キャベツの味噌汁、肉じゃが、人参レーズン	せんべい、するめ ほうじ茶
30	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、もずくのすまし汁、鱈の塩焼き 五目金平、青梗菜の酢味噌和え	しらすと若布のおにぎり ほうじ茶

☆野外調理…㊶りす組 ㊷パンダ組 ㊸ライオン組 ☆クッキング…㊹幼児

◎今月のピックアップメニュー◎

～南瓜サラダ～

南瓜とレーズンの甘味で子どもたちにも  
人気の一品です♪



←レシピはこちらから♪

# 9月こんだて（離乳食）

2024.9 まつやま保育園

日	曜日	午前のおやつ	ラ ン チ	15時のおやつ
2	月	星っこ ほうじ茶	芋ご飯、冬瓜のすまし汁、鯖の味噌煮 青梗菜の玉子炒め、きゅうりの梅和え	ぶどうゼリー ほうじ茶
3	火	チーズ ほうじ茶	白米ご飯、㊷きのこの味噌汁、鶏肉のマスタード焼き 長ひじきの煮物、小松菜のおかか和え	長芋のおやき ほうじ茶
4	水	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、㊸じゃが芋と玉ねぎの味噌汁、ほっけの塩焼き がんもどきの煮物、おかひじきのお浸し	いなりにぎり ほうじ茶
5	木	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、㊹ミネストローネ、チーズハンバーグ 南瓜の甘煮、春雨サラダ	金時豆の煮物 ほうじ茶
6	金	ぱん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、五目汁、桜えびのかき揚げ 生昆布の煮物、バンバンジーサラダ	スキムくずもち ほうじ茶
7	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、モロヘイヤのスープ、麻婆春雨 さつま芋のレーズン煮	Caせんべい、するめ ほうじ茶
9	月	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、玉子とみょうがのすまし汁、鯖の磯焼き なすの揚げ浸し、切り干し大根のはりはり漬け	米粉のホットケーキ ミルク
10	火	胡瓜 ほうじ茶	白米ご飯、玉葱の味噌汁、鶏肉の唐揚げ 高野豆腐の玉子とじ、キャベツと桜えびの和え物	りんごジャムヨーグルト ほうじ茶
11	水	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、とろろ昆布のすまし汁、ぶりの西京焼き じゃが芋のツナ煮、青菜の磯和え	味噌おにぎり ほうじ茶
12	木	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、なめこの味噌汁、ささみの海苔焼き かぶの煮物、チーズ入り南瓜のレーズンサラダ	ポップコーン、きなこ棒 ほうじ茶
13	金	ぱん菓子 ほうじ茶	カレーライス、ズッキーニのスープ、スパニッシュオムレツ 大豆のフレンチサラダ	マルゲリータピザ ほうじ茶
14	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、なすの味噌汁、スタミナ炒め、温野菜サラダ	せんべい、昆布 ほうじ茶
17	火	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、玉子と若布のスープ、ホイコーロー 大根のそばろ煮、青菜のじゃこ和え	お月見蒸しパン ミルク
18	水	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、肉団子のスープ、秋鮭のきのこソース 卵の花、即席漬け	フルーツポンチ ほうじ茶
19	木	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、ニラと油揚げの味噌汁、豚肉の生姜焼き 厚揚げの煮物、ほうれん草のナムル	梅きゅうりおにぎり ほうじ茶
20	金	ぱん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、ごぼうの味噌汁、ししゃもの唐揚げ 刻み昆布の煮物、胡瓜の塩麴漬け、梨のコンポート	ふかし芋 ほうじ茶
21	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、かぶの味噌汁、麻婆豆腐、さつま芋のレモン煮	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶
24	火	小魚 ほうじ茶	鶏肉のフォー、白身魚のカレー風味揚げ ブロッコリーときのこソテー、チーズ入りコールスローサラダ	きなこおはぎ ほうじ茶
25	水	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、豆腐のすまし汁、蒸し豚のごまだれ 五目大豆煮、トマトとしらすの酢の物	コーンブレット ほうじ茶
26	木	ヨーグルト ほうじ茶	白米ご飯、もやしの味噌汁、秋刀魚の塩焼き 筑前煮、なすのごま和え	南瓜のいとこ煮 ほうじ茶
27	金	チーズ ほうじ茶	チキンライス、コンソメスープ、レバーの唐揚げ サニーレタス、ポテトサラダ	米粉のお好み焼き ほうじ茶
28	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、キャベツの味噌汁、肉じゃが、人参レーズン	せんべい、するめ ほうじ茶
30	月	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、もずくのすまし汁、鱈の塩焼き 五目金平、青梗菜の酢味噌和え	しらすと若布のおにぎり ほうじ茶

☆野外調理…㊷りす組 ㊸パンダ組 ㊹ライオン組 ☆クッキング…の幼児 ※月齢に応じて食材の大きさを変えています

## ◎今月のピックアップメニュー◎

### ～南瓜サラダ～

南瓜とレーズンの甘味で子どもたちにも  
人気の一品です♪



←レシピはこちらから♪