

9月のこんだて

日中はまだまだ気温が高く暑いですが、朝晩は少しずつ過ごしやすくなってきました。睡眠をしっかりとって、今月も元気に過ごしましょう。

日	しゅしょく	てんかぶつ	しゅさい	ふくさい	おしる	デザート
1 火	ぶたキムチどんぶり			はるさめサラダ		
2 水	こくとうパン		さけのレモンソース	げんきになるサラダ	わかめスープ	
3 木	ごはん		やきとうふの そぼろに	やさいのゆずかあえ		ぎゅうにゅうプリン
4 金	むぎごはん		ぶたにくの れいしゃぶ		わかめとたまごの スープ	みかんクレープ
7 月	こがたコッペパン		ソースやき スパゲティ	れんこんチップス		フルーツボンチ
8 火	むぎごはん		さわらのしおやき	うめこんぶあえ	ぎゅうにくとやさいの うまに	
9 水	ひやしうどん		しろみさかなの さんばいず	ささみときゅうりの サラダ		とうにゅうプリン
10 木	えだまめごはん		とうふナゲット	ひじきのチーズサラダ	じゃがいもとわかめの スープ	
11 金	あきなすのカレー			かいそうサラダ		なし
14 月	ぜんりゅうふんパン		さけのフライ	ポイルやさい	かがわけんさん トマトのミネストローネ	
15 火	オリーブじどりの おやこどんぶり			かぼちゃサラダ		ぶどうゼリー
16 水	こめこパン		とりにくの マスタードやき	じゃこサラダ	とうがんのスープ	
17 木	ひじきごはん		とりにくのからあげ	きゅうりの そくせきづけ	ふしめんじる	
18 金	ごはん		オリーブとんの しょうがやき	こまつなサラダ	わかめとたまごの スープ	みかんクレープ
24 木	きゅうきゅうカレー		かぼちゃのチーズやき	わふうサラダ		れいとうみかん
25 金	わかめごはん		さんまのしおやき	おかかあえ	たまねぎの みそしる	おつきみゼリー
28 月	コッペパン	りんご ジャム	パンプキンオムレツ	ごまドレッシング サラダ	はるさめスープ	
29 火	ごはん		さばのみそだれかけ	きりぼしだいこんの ごますあえ	けんちんじる	
30 水	ゆかりごはん		えびとあつあげの ちゅうかに	げんきになるサラダ		ヨーグルト

※毎食、牛乳がつきます。
※色つき梓は、保育所のみ

中 央 保 育 所