

★★2023年 9月 給食献立予定表 こひつじ保育園★★

日	曜	別	献立名	おやつ
1	金	煮	牛肉とひじきのコリコリ煮 胡瓜とちりめんの酢の物 味噌汁	牛乳 ジャが芋もち
2	土		甘辛そばろうどん 果物 牛乳	
4	月	汁	豚汁 胡瓜の塩昆布和え 果物	牛乳 海鮮チヂミ
5	火	揚	魚のパーベキュー風 野菜ソテー きのことスープ	麦茶 わらび餅
6	水	焼	チキンマリネ 温野菜 コンソメスープ	麦茶 オレンジゼリー
7	木	和	棒々鶏風 人参と糸こんにゃくの金平 もずくスープ	牛乳 甘辛団子
8	金	炒	「年長児キャンプ」 麻婆春雨 胡瓜の中華和え たまごスープ	牛乳 フレンチトースト
9	土		「年長児キャンプ」 きのことスパゲティー 果物 牛乳	
11	月	汁	ミネストローネ れんこんのネギ卵サラダ いりこ	牛乳 ココアケーキ
12	火	炒	ビビンバ ニラ玉 ワンタンスープ	麦茶 お好み焼き
13	水	煮	肉じゃが 春雨の酢の物 豆腐味噌汁	麦茶 フルーツヨーグルト
14	木	揚	揚げ魚のトマトソース 青菜とコーンのソテー スープ	牛乳 おさつ蒸しパン
15	金	焼	照り焼きチキン 切干大根サラダ なす味噌汁	牛乳 ごまクッキー
16	土		ジャージャー麺 トマト 牛乳	
18	月		「敬老の日」	
19	火	汁	汁ビーフン 人参しりしり いりこ	麦茶 フルーツボンチ
20	水	揚	チキンチキンごぼう 胡瓜のゆかり和え もやし味噌汁	牛乳 ツナマヨ蒸しパン
21	木	焼	魚のごま衣焼き 野菜の甘酢和え 玉ねぎ味噌汁	スキムミルク 黄粉サンド
22	金	煮	旨煮 青菜入り納豆 きのこと味噌汁	牛乳 青海苔ポップコーン チーズ
23	土		「秋分の日」	
25	月	汁	ビーフカレー スパゲティーサラダ 果物	牛乳 もちもちチーズパン
26	火	煮	ポークビーンズ 青菜とたまごのサラダ 豆乳スープ	スキムミルク バナナケーキ
27	水	炒	栄養金平 青菜と春雨の和え物 あげ味噌汁	牛乳 メロンパンクッキー
28	木	焼	和風ミートローフ 海藻サラダ 切干大根味噌汁	麦茶 お月見ぜんざい
29	金	焼	★★誕生日会メニュー★★ ゆかりご飯 胡瓜のごま酢和え 魚のちゃんちゃん焼き風 澄まし汁	牛乳 ミルククリームサンド
30	土		中華そば風 果物 牛乳	

※29日(金)は誕生日会メニューの為、りす・うさぎ・きりんもご飯はいりません※

♪♪レシピ紹介♪♪ (誕生日会メニューのおやつより)

★★ミルククリームサンド★★

<材料> ※作りやすい分量※

- ・マーガリン 100g
- ・練乳 70g
- ・グラニュー糖 大さじ2
- ・パン

(食パンやロールパン等好みのもの)



～作り方～ ※ミルククリームのためのレシピです※

- ① マーガリンを常温に戻しておく、又はレンジでチンしてクリーム状にする。レンジで柔らかくする場合は溶かし過ぎないように注意する。
- ② ボールに①と練乳・グラニュー糖を入れ、全体をよく混ぜ合わせたら完成です♪♪

甘さは好みで調節して下さい。

園では食パンに塗って、サンドイッチにして作ります。