

# 9月の献立

日にち	こんだて	3時のおやつ	おもな材料のはたらき		
			赤群	黄群	緑群
2. 30	豚肉のみそ炒め、ごはん 切干大根のごま酢あえ	2わかめごはん 30フライドポテト	豚肉、赤みそ	さとう、すりごま ごま油	しょうが、人参、玉ねぎ、キャベツ ピーマン、切干大根、きゅうり
3. 18	ポテトとコーンのスープ煮、ソテー ロールパン	3お月見団子 18わかめごはん	鶏肉、しらす干し	じゃが芋	人参、玉ねぎ、コーン缶、キャベツ
4. 25	マーボー丼、りんご さつま芋の煮物	ヨーグルト おせんべい	豆腐、豚ひき肉 赤みそ	さとう、片栗粉 さつま芋	玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが、りんご
5. 17	スペイン風オムレツ、ごはん ドレッシング和え	人参ケーキ	鶏肉、卵、わかめ	油、さとう	玉ねぎ、人参、ズッキーニ、エリンギ きゅうり、みかん缶
6. 19	照り焼き、ごはん じゃが芋の炒め煮	小倉サンド	白身魚	油、さとう じゃが芋	しょうが、玉ねぎ、人参、さやいんげん
7. 21	スープそば	バナナ or おせんべい	豚肉	中華そば、片栗粉	人参、もやし、チンゲン菜、ねぎ
9	クリームシチュー、食パン サラダ	昆布ごはん	豚肉、牛乳	じゃが芋、上新粉 油、さとう	人参、玉ねぎ、パセリ、コーン缶 キャベツ、きゅうり
10. 24	筑前煮、すまし汁、梨 ごはん	クッキー	鶏肉、わかめ	里芋、さとう	こんにゃく、大根、人参、グリンピース えのき茸、梨
11	ヘルシーチキンナゲット、ごはん 昆布あえ、パイン缶	もちもちチーズパン	鶏ひき肉、おから 豆腐、塩昆布	片栗粉、油	玉ねぎ、小松菜、人参、もやし、パイン缶
12. 26	中華風かき玉スープ 南瓜の煮付け、ごはん	きな粉ラスク	豚肉、豆腐、卵	片栗粉、ごま油 さとう	しょうが、しめじ、チンゲン菜、南瓜
13. 27	白身魚の甘酢あんかけ ひじきの炒め煮、ごはん	カルピス寒天 おせんべい	白身魚、ひじき 油揚げ	米粉、じゃが芋、油 さとう、片栗粉	玉ねぎ、人参、ピーマン
14	にゅうめん	バナナ or おせんべい	鶏肉	冷麦	人参、干しいたけ、青菜、あさつき
誕生会 20	タコライス、梨 豆腐とコーンのスープ	フルーツカップケーキ	豚ひき肉、粉チーズ 豆腐	油	玉ねぎ、キャベツ、人参、クリームコーン缶 あさつき、梨

# 8月の献立写真

1, 14, 29 	2, 15 	5, 19 	6, 21 
7, 20 	8, 22 	9, 28 	13, 30 
16, 27 	誕生日会 23 	26 	



今月のクッキングはパンピザを作りました。生地をぎゅうぎゅうと丸く伸ばしたらケチャップをぬってコーン、ソーセージ、そして自分たちで作ったピーマンとトマトもトッピング！美味しかったようであっという間に平らげていました♪♪♪今月はトウモロコシの皮むきも手伝ってもらいました。みんなとても上手に剥くことができましたよ♪