



# 9月献立予定表



		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
☆今月は毎日 バナナ、オレンジ、梨 などの果物を提供します。		パン マカロニソテー コーンサラダ スープ	魚きのご蒸し 胡瓜の梅和え みそ汁	赤飯 しゅうまい チョレギサラダ すまし汁	他人丼 みそ汁
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
ローストチキン 添え野菜 金平ごぼう みそ汁	魚焼き浸し 添え野菜 ごま和え すまし汁	鮭とごぼうの 混ぜごはん 胡瓜酢 みそ汁	松風焼き 添え野菜 人参しりしり けんちん汁	あかねごはん 鶏レモン漬け マカロニサラダ スープ	カレーそばろ丼 サラダ
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
カトリ弁当 添え野菜 ひじき煮 みそ汁	魚のピカタ 添え野菜 ごぼうサラダ すまし汁	わかめごはん 冷やしうどん さつま芋甘煮	きのごはん 魚おろしポン酢 大豆甘辛揚げ すまし汁	鶏チリ 添え野菜 ナムル スープ	愛情弁当
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
敬者の日	魚竜田揚げ 添え野菜 高野豆腐煮 みそ汁	トンテキ 添え野菜 切干大根酢 スープ	秋分の日	魚煮付け 添え野菜 お浸し みそ汁	麻婆丼 スープ
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)		
鶏の照り焼き 添え野菜 切干大根煮 みそ汁	魚フライ 添え野菜 ポテトサラダ スープ	カレーライス 梅ドレサラダ	魚みそ焼き 添え野菜 南瓜煮 すまし汁		



## 離乳食



		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
☆季節のフルーツを デザートに添えています。		パン粥 カニと野菜煮 キャベツ煮 すまし汁	鮭やわらか煮 野菜煮 みそ汁	豚団子煮 野菜煮 すまし汁	豚と野菜煮 みそ汁
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
鶏やわらか煮 ごぼう煮 みそ汁	白身魚煮 野菜煮 すまし汁	鮭とごぼう煮 野菜煮 みそ汁	鶏団子煮 人参煮 けんちん汁	人参粥 鶏やわらか煮 カニと野菜煮 すまし汁	豚と野菜煮 キャベツ煮
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
鶏やわらか煮 ひじき煮 みそ汁	白身魚煮 ごぼうと野菜煮 すまし汁	わかめ粥 うどん とろとろ煮 さつま芋煮	白身魚煮 大豆煮 すまし汁	鶏やわらか煮 野菜煮 すまし汁	愛情弁当
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
敬者の日	白身魚煮 高野豆腐煮 みそ汁	豚やわらか煮 切干大根煮 すまし汁	秋分の日	白身魚煮 野菜煮 みそ汁	豚と豆腐煮 すまし汁
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)		
鶏やわらか煮 切干大根煮 みそ汁	白身魚煮 マッシュポテト すまし汁	鶏じゃが 野菜煮	魚みそ煮 南瓜煮 すまし汁		

\*😊\* おやつ 🍰

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
		和風ビスケット きなこ牛乳	豆乳プリン	抹茶ルカキ カルピス	市販
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
ヨーグルト ミロ	はちみつ レモンゼリー	ウイソパソ 乳酸飲料	茶葉入りクッキー きなこ牛乳	ストロベリー	市販
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
ぶどうゼリー	バナナパン きなこ牛乳	ピーチゼリー	チョコクッキー	豆乳餅	市販
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
敬老の日	ブルーベリー ヨーグルト	おはぎ	秋分の日	ポンドケーキ きなこ牛乳	市販
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)		
黒糖蒸しパン	りんごケーキ きなこ牛乳	サターアタギ 乳酸飲料	りんごゼリー		

☆メニューが変更になる場合があります。

☆離乳食は可食表に伴いメニューを一部変更し、提供させていただきます。

秋風が立ち始め季節の移ろいを感じる時季ですが、暑い日が続く残暑もまだまだ厳しそうです。夏の疲れが出てくる頃なので、食事にはたんぱく質・野菜を組み合わせ、水分・睡眠をしっかり摂りましょう。

今月の目標…よく噛んで食べる。

星の子レシピ ☆チャンククッキー☆

☆9月16日のおやつです！

☆分量（8枚分）

- ・ホットケーキミックス 200g
- ・砂糖 大さじ3
- ・溶かしマーガリン 100g
- ・チョコチップ 50g

- ①材料を全て混ぜて生地を作り、8等分する。
- ②丸めて上から押して円形に成型し、クッキングシートを敷いた鉄板に並べる。
- ③170度に予熱したオーブンで15分～焼く。

