



# 2023年度 9月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	金	クッキー ほうじ茶	★ ごはん 八宝菜 かきたま汁 パイン ★	ココアトースト 牛乳	せんべい ほうじ茶
2	土	ボーロ 牛乳	醤油ラーメン きんぴられんこん バナナ	しらすと青菜のおにぎり 牛乳	
3	日				
4	月	せんべい ヤクルト	ごはん 五目豆腐 ジャがいもスープ オレンジ	揚げパン 牛乳	ウエハース ほうじ茶
5	火	せんべい 牛乳	ごはん 鱈のごまみそ焼き 筑前煮 豆腐のみそ汁 バナナ	焼きそば ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
6	水	ビスケット 牛乳	ミートボールナポリタン わかめサラダ 梨 牛乳	ポテトもち 牛乳	クッキー のむヨーグルト
7	木	ビスケット 牛乳	ゆかりごはん 鰯のガーリック風味焼き 春雨和え きのこのすまし汁 バナナ	フルーツゼリー せんべい (以上児) 牛乳	クラッカー ほうじ茶
8	金	せんべい オレンジジュース	ライ麦丸パン 野菜コロッケ コールスロー コンソメスープ オレンジ	たまご 玉子チャーハン 牛乳	せんべい ほうじ茶
9	土	せんべい 牛乳	麻婆豆腐丼 中華スープ パイン	ミニクレープ 牛乳	
10	日				
11	月	せんべい ほうじ茶	ごはん 鰯の照り焼き わかめの酢の物 大根のすまし汁 キウイフルーツ	パンプキンホットケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
12	火	ボーロ ほうじ茶	ごはん 豚肉のピカタ キャベツサラダ わかめスープ パイン	スイートポテト のむヨーグルト	せんべい カルピス
13	水	ウエハース ほうじ茶	ごはん 鮭のマヨチーズ焼き ブロッコリーのおかか和え 豆乳汁 オレンジ	人参ケーキ 牛乳	ビスケット ほうじ茶
14	木	クッキー 牛乳	ビビンバ丼 中華スープ バナナ	フライドポテト 牛乳	ウエハース ほうじ茶
15	金	せんべい 牛乳	食パン 豆腐クリームグラタン/ブロッコリー 野菜スープ りんご	きりぼしだいこん 切干大根ごはん 牛乳	クッキー ほうじ茶
16	土	ボーロ 牛乳	しょうゆ 醤油ラーメン きんぴられんこん バナナ	しらすと青菜のおにぎり 牛乳	
17	日				
18	月		敬老の日		
19	火	せんべい 牛乳	ごはん 鱈のごまみそ焼き 筑前煮 豆腐のみそ汁 梨	焼きそば ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
20	水	ビスケット 牛乳	ミートボールナポリタン わかめサラダ バナナ 牛乳	ポテトもち 牛乳	クッキー カルピス
21	木	ビスケット のむヨーグルト	ビーフカレーライス 春雨サラダ オレンジ ほうじ茶	フルーツゼリー せんべい (以上児) 牛乳	クラッカー ほうじ茶
22	金	せんべい ほうじ茶	ライ麦丸パン 白身魚フライ コールスロー かぼちゃスープ オレンジ	おはぎ ほうじ茶	せんべい 牛乳
23	土		秋分の日		
24	日				
25	月	せんべい アップルジュース	ごはん 鰯の照り焼き わかめの酢の物 大根のすまし汁 りんご	パンプキンホットケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
26	火	ボーロ ほうじ茶	ごはん 豚肉のピカタ キャベツサラダ わかめスープ パイン	スイートポテト のむヨーグルト	せんべい カルピス
27	水	せんべい ほうじ茶	ごはん 和風玉子焼き 切干大根煮 あさり汁 バナナ	もち 桃まんじゅう 牛乳	ビスケット ほうじ茶
28	木	ウエハース ほうじ茶	きのこごはん 鮭のマヨチーズ焼き ブロッコリーのおかか和え 豆乳汁 オレンジ	たまご 玉子チャーハン ほうじ茶	ウエハース ほうじ茶
29	金	せんべい ほうじ茶	★お月見うどん さつまいもの天ぷら お月見ゼリー★	かぼちゃあんサンド 梨 牛乳	クッキー ほうじ茶
30	土	せんべい 牛乳	麻婆豆腐丼 中華スープ パイン	ミニクレープ 牛乳	

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しております。



★非常食★ 9/1 (金)  
★お月見の行事食 ★9/29 (金)

お月見は、旧暦の8月15日の行事で、この日の月は1年で最も美しいとされています。今年は9月29日です。稲の豊作を願うすすき、団子や餅、この頃収穫される芋や果物をお供えます。園では9月29日の昼食に、お月見メニューを提供する



1ヶ月平均栄養価	☆エネルギー	☆たんぱく質	☆脂質	☆食塩相当量
3歳未満児	506kcal	19.5g	15.5g	1.3g
3歳以上児	590kcal	23.6g	18.3g	1.6g