

9月のこんだて



		<p><u>1</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の照り焼き ひじき煮 (れんこん 人参 いんげん) 小松菜と切干のナムル (小松菜 もやし 切干大根) 玉ねぎのみそ汁 	<p><u>2</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉の塩麹焼き キャベツのサラダ (キャベツ 人参 しめじ) トマトのマリネ (トマト 玉ねぎ) おくらのみそ汁 	<p><u>3</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 麻婆春雨 (豚肉 ねぎ にら 春雨) ささみのサラダ (キャベツ きゅうり ささみ) 大根のスープ 	<p><u>4</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の照り焼き じゃが芋のブイヨン煮 (じゃが芋 玉ねぎ しめじ) スパゲッティサラダ (キャベツ 人参) 大根のみそ汁
<p><u>6</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚のみそ焼き かぼちゃのレーズン煮 (かぼちゃ レーズン) もやしの酢の物 (もやし 人参 油揚げ) キャベツのみそ汁 	<p><u>7</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉の南蛮漬け 〜タルタルソース添え〜 ブロッコリーサラダ (キャベツ ブロッコリー) 冷やしトマト しめじのみそ汁 	<p><u>8</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の塩焼き きんぴらごぼう (ごぼう 人参 ごま) かぼちゃのマリネ (かぼちゃ 玉ねぎ ベーコン) 長ねぎのみそ汁 	<p><u>9</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 棒棒鶏 (鶏肉 きゅうり ごま) じゃが芋の炒め物 (じゃが芋 ピーマン) キャベツのみそ汁 	<p><u>10</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚のしょうが焼き なすのトマト煮 (なす 玉ねぎ しめじ) キャベツの酢みそ和え (小松菜 キャベツ 油揚げ) 大根のみそ汁 	<p><u>11</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> かぼちゃコロッケ 厚揚げの煮物 (厚揚げ 大根 人参) きゅうりの梅和え (きゅうり キャベツ) しいたけのみそ汁
<ul style="list-style-type: none"> 梅ときゅうりおにぎり 昆布 	<ul style="list-style-type: none"> 焼うどん 煮干 	<ul style="list-style-type: none"> ゆでとうもろこし きゅうり 	<ul style="list-style-type: none"> お芋の蒸しパン 昆布 	<ul style="list-style-type: none"> あんかけごはん 煮干 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏ごぼうごはん 昆布
<p><u>13</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 蒸し鶏の香味ソース 切干大根の煮物 (れんこん 人参 油揚げ) キャベツの甘酢漬け (キャベツ きゅうり めかぶ) 葉ねぎのみそ汁 	<p><u>14</u></p> <p>防災の日</p>	<p><u>15</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の塩焼き 根菜とひじきのみそ煮 (大根 人参 ごぼう ひじき) 小松菜ののり和え (小松菜 白菜 のり) 玉ねぎのみそ汁 	<p><u>16</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 鮭のスパゲッティ (鮭 大根 しそ) かぼちゃのみそ和え (かぼちゃ きゅうり) キャベツの梅酢和え ほうれん草のスープ 	<p><u>17</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の照り焼き 五目豆 (人参 れんこん ひよこ豆) いんげんのごま和え (キャベツ 人参 ごま) じゃが芋のみそ汁 	<p><u>18</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 肉じゃが (豚肉 玉ねぎ じゃが芋) 小松菜のごま和え (小松菜 人参 油揚げ) 玉ねぎのみそ汁
<ul style="list-style-type: none"> 塩昆布おにぎり 人参 	<ul style="list-style-type: none"> ピロシキ 煮干 	<ul style="list-style-type: none"> トマトのゼリー 大根 	<ul style="list-style-type: none"> かんぴょうおにぎり 昆布 	<ul style="list-style-type: none"> なしのケーキ するめ 	<ul style="list-style-type: none"> わらしこ風メロンパン するめ
	<p><u>21</u>・ひじきごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> かぼちゃのそぼろあん (かぼちゃ 鶏ひき肉) きゅうりの酢の物 (キャベツ きゅうり わかめ) もやしのみそ汁 	<p><u>22</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の塩焼き 根菜のブイヨン煮 (大根 玉ねぎ 人参 油揚げ) おくらのお和え物 (おくら モロヘイヤ) わかめのみそ汁 		<p><u>24</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏手羽元と大根煮 (鶏手羽元 大根) きゅうりの梅酢漬け (キャベツ きゅうり しそ) 野菜のスープ 	<p><u>25</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉の照り焼き さつまいもの甘煮 (さつまいも 刻み昆布) ごぼうサラダ (ごぼう 小松菜 ひじき) わかめスープ
	<ul style="list-style-type: none"> お月見団子 昆布 	<ul style="list-style-type: none"> おはぎ 煮干 		<ul style="list-style-type: none"> ふかしじゃがいも するめ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ニョッキのクリーム煮 煮干
<p><u>27</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の塩焼き とうかんのそぼろ煮 (とうかん 鶏ひき肉) おくらのお酢の物 (おくら きゅうり めかぶ) なすのみそ汁 	<p><u>28</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のトマト煮 (鶏肉 玉ねぎ ピーマン) マカロニサラダ (じゃが芋 ブロッコリー) モロヘイヤのスープ 	<p><u>29</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の照り焼き お豆とひじき煮 (ごぼう 人参 ひよこ豆) 大根ときゅうりのサラダ (大根 きゅうり ごま) 小松菜のみそ汁 	<p><u>30</u>・ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のラビコットソース (鶏ひき肉 きゃいんげん) キャベツの和風サラダ (キャベツ 人参 油揚げ) じゃが芋のオープン焼き 玉ねぎのみそ汁 	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>14日は避難訓練を行い、その後 保育園で備蓄している非常食を 給食で提供する予定です。</p> </div>	
<ul style="list-style-type: none"> しらすのおにぎり 煮干 	<ul style="list-style-type: none"> りんごのケーキ するめ 	<ul style="list-style-type: none"> ゆでとうもろこし 昆布 	<ul style="list-style-type: none"> のり巻きおにぎり たくあん 		