

日	曜日	昼食献立名		午後おやつ献立名	ひとくちメモ	
		乳児 乳児・幼児	主食 副食		残暑のある9月、暑い日でも食べやすい献立を取り入れました。 お彼岸に合わせ、『おはぎ』を入れました。	
1 ・ 15	火	カレー(ライス) しょうゆフレンチ 梨 <i>茹で卵</i>		牛乳 ワッフル 牛乳 はちみつパン	<h2 style="text-align: center;">お彼岸</h2> <p>お彼岸といえば、『おはぎ』『ぼたもち』が代表的な食べ物です。 あんこ、きな粉、黒ごまなどがあります。</p> <p style="text-align: center;">『おはぎ』と『ぼたもち』って違うの？</p> <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>春は牡丹の花にちなんで『ぼたもち』、 秋は萩の花にあやかって『おはぎ』というようです。</p> </div> <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>『おはぎ』はこしあん、 『ぼたもち』はつぶあんなど、 いろいろな説があるようですが、 はっきりとした違いはないようです。</p> </div>	
2 ・ 16	水	ロールパン 魚のマリネ さやいんげんとコーンのソテー 卵スープ ぶどう <i>和風パスタ</i>		アップルジュース お菓子2種類		
3 ・ 17	木	ごはん 鶏肉の胡麻照り焼き 和風スパゲティサラダ 味噌汁 梨 <i>ブテト</i>		お茶 炊き込みごはん		
4 ・ 18	金	ごはん 焼き魚 おひたし 味噌汁 ぶどう <i>青菜納豆和え</i>		牛乳 揚げパン		
5 ・ 19	土	ごはん 豚肉の生姜焼き きんぴらごぼう 味噌汁 りんご <i>くし型トマト</i>		牛乳 お菓子2種類		
7	月	ごはん 鶏肉のやわらか煮 ひじきのサラダ 味噌汁 ぶどう <i>コーンとベーコンのソテー</i>		お茶 焼きうどん		
8 ・ 29	火	ごはん 魚のタルタルソース焼き 青菜とジャコのサラダ 味噌汁 ぶどう <i>ウイナーソテー</i>		牛乳 お菓子2種類 お茶 きのこスパゲティ		
9 ・ 30	水	ごはん 豆腐の松風焼 トマトときのこのマリネ 味噌汁 梨 <i>マカロニサラダ</i>		牛乳 お菓子2種類		
10 ・ 24	木	<i>ビーフストロガノフ(ライス)</i> サラダミックス ミニトマト りんご		牛乳 多文化(お楽しみ) 牛乳 ドックパン		
11	金	ごはん レバーの香り揚げ 粉吹芋 けんちん汁 ぶどう <i>コーンとベーコンのソテー</i>		牛乳 ロールケーキ		
12 ・ 26	土	ごはん 肉じゃが 味噌マヨネーズ和え 味噌汁 梨 <i>めかぶトロロ</i>		牛乳 お菓子2種類		
14 ・ 28	月	ごはん さつま芋とチーズの卵焼き 糸昆布の煮物 清汁 ぶどう <i>きんぴらごぼう</i>		牛乳 みるくトースト		
25	金	ごはん ポテトのチーズ焼き ひじきのサラダ トマトスープ ぶどう <i>かりかりベーコン</i>		お茶 おはぎ		

* 献立は都合により変更することがあります。
* 斜字体は園独自の献立です。
* 園では異国を知り大切にすることの一環から毎月外国で食べられているおやつをメニューに取り入れています。今月は10日です。お楽しみに！

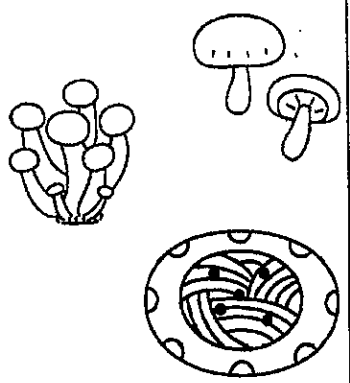


秋の味覚♪ 休日の昼食にもぴったりです！

きのこスパゲッティ

《材料》大人 4人分

- スパゲティ 200g
- 玉ねぎ 100g
- ベーコン 60g
- しめじ 50g
- 生しいたけ 60g
- 油 適量
- しょうゆ 10g(小さじ2)
- 塩 少々



《作り方》

- ① スパゲティを茹で上げサラダ油をまぶしておく。
- ② 玉ねぎ・ベーコン・生しいたけは千切りにする。しめじはほぐしておく。
- ③ 熱したフライパンにサラダ油を入れて②を炒め、①のスパゲティを加えてさらに炒め、塩コショウで調味する。