

9月 予定献立表

R5.9.1




まつばら保育園



古代中国では奇数（陽数）が貴重とされ、その中でも一番大きい「9」が2つ重なる9月9日は、「重陽」と呼ばれ、最高の数字が重なる大変めでたい日になります。

その日は、長寿の効果がある菊酒を飲んだり、各地で菊の花を楽しむ行事が行われていることから「菊の節句」とも呼ばれています。



 1日（金）	2日（土）
焼きそば わかめスープ ジャーマンポテト	ごはん ジンジャーチキン 高野豆腐のみそ汁 もやしのナムル
ドロップサンド	クラスク

4日（月）	5日（火）	6日（水）	7日（木）	8日（金）	 9日（土）
ごはん デジカルビ 春雨スープ 大根サラダ ミルクスコーン	磯ちゃんぼん 蒸し鶏と胡瓜のサラダ スタミナおにぎり	ごはん 鮭のホイル焼き さつま汁 すき昆布煮 ほうれん草のケーキサレ	ごはん タンドリーチキン 水菜のみそ汁 ポテトサラダ 2色ゼリー	ごはん 豆腐とエビのケチャップ煮 黄花湯 春雨サラダ じゃこトースト	栗ごはん 白身魚の照り焼き 菊のお浸し 大根のみそ汁 ツナごぼう甘辛煮 キャロット米粉蒸しパン
11日（月）	12日（火）	13日（水）	14日（木）	15日（金）	16日（土）
ごはん 油淋鶏 なめこと卵のスープ 胡瓜とちくわのナムル 北京まんじゅう	たらこスパゲティ パイザンスープ しゃぶしゃぶサラダ 梅ちりおにぎり	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き すまし汁 バンバンジー バナナ豆腐ブラウニー	ごはん 煮込みハンバーグ カラフルスープ 和風コールスローサラダ ソフトミルクゼリー	ごはん 白身魚のあけほの焼き かぼちゃのみそ汁 切干大根中華サラダ プチパン	カレーピラフ 鶏団子のスープ 塩昆布和え フルーツヨーグルト
18日（月）	 19日（火）	20日（水）	21日（木）	22日（金）	23日（土）
 敬老の日	肉うどん 小松菜とツナの旨味サラダ ヨーグルト ナットマトピザ	ごはん 白身魚のピザ風焼き 吉野汁 切干大根サラダ ヨーグルトポムポム	ごはん ポークジンジャー 人参とろろ中華スープ ごきつねサラダ 黒糖プリン	ごはん 鮭の黄味焼き きゃべつのみそ汁 根菜と牛肉のきんぴら 甘食	 秋分の日
25日（月）	 26日（火）	27日（水）	28日（木）	 29日（金）	 30日（土）
ごはん 肉じゃが 切干大根のみそ汁 青菜の納豆和え りんごのほったらかし菓子	スパゲティミートソース イタリアンスープ シーザーサラダ お誕生会スイーツ	ごはん さんまの甘酢がらめ わかめのみそ汁 きゃべつともやしのサラダ ミルククラスク	ごはん やみつきちキン 豆腐ときこのみそ汁 人参じゃこサラダ スイートポテト	お月見カレー ジュリエンスープ スパゲティツナサラダ 豆乳バナナケーキ	 うんどうかい



秋田ケンミン食

今月19日（火）は、松山納豆を使用した「ナットマトピザ」です。松山納豆は、江戸時代初期に作られた民謡「秋田音頭」にも唄われる秋田名物のひとつ。製造は昔から変わらない手作りで、大豆は白神山地の豊かな土と水で育った「あきた白神大豆」を100%使用。その大豆を「あきたこまち」を杭かけして自然乾燥させた藁で包み、発酵させます。大豆本来の噛み応えがあり、素朴な美味しさが味わえます。

2021年1月16日『満天☆青空レストラン』で放送されたアイデアレシピを参考に作りたいと思います。

