



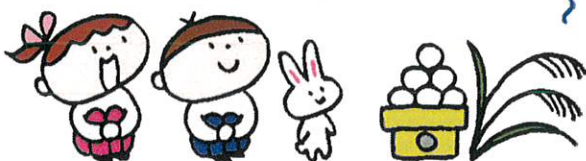
日	献立	10時おやつ	15時おやつ
1(金)	ごはん 白身フライ ブロッコリーサラダ ミネストローネ	クッキー	麦茶 さつま芋蒸しパン
2(土)	ごはん 肉じゃが 昆布和え 味噌汁 果物	クラッカー	麦茶 せんべい
4(月)	ごはん 豚肉の生姜焼き ツナ和え 中華スープ 果物	クッキー	牛乳 あんバターサンド
5(火)	チキンカレー 酢の物 スープ 果物	チーズ	麦茶 マカロニ安倍川
6(水)	肉みそうどん 春巻き 浅漬け 果物	ヨーグルト	麦茶 グリンピースおにぎり
7(木)	ごはん 鮭のパン粉焼き おかか和え 味噌汁 果物	クラッカー	麦茶 バナナ入蒸しパン
8(金)	ナポリタン さっぱりチーズ和え スープ 果物	クッキー	麦茶 ツナおにぎり
9(土)	親子丼 野菜炒め 味噌汁 果物	クラッカー	麦茶 せんべい
11(月)	ごはん 豆腐ハンバーグ 粉ふき芋&温野菜 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 そうめん
12(火)	食パン コロッケ 五目春雨 スープ 果物	チーズ	麦茶 おかかおにぎり
13(水)	二色丼 ひじきサラダ 味噌汁 果物	ヨーグルト	麦茶 パンケーキ
14(木)	ごはん 魚の照り焼き かぼちゃの煮物 沢煮椀 果物	クラッカー	麦茶 オレンジゼリー
15(金)	ハヤシライス マカロニサラダ コンソメスープ 果物	クッキー	牛乳 しきしき
16(土)	ごはん 鶏の南部焼き 小松菜の煮浸し 味噌汁 果物	クラッカー	麦茶 ビスケット
19(火)	ごはん 魚の南蛮漬け ゆかり和え 味噌汁 果物	チーズ	麦茶 お好み焼き
20(水)	ピビンバ丼 胡麻和え 味噌汁 果物	ヨーグルト	牛乳 ホットケーキ
21(木)	月見うどん シュウマイ ナムル風 果物	クラッカー	麦茶 みたらし団子
22(金)	ごはん 豚肉の味噌焼き フレンチサラダ スープ 果物	チーズケーキ	麦茶 いももち
25(月)	焼きそば なめたけ和え コンソメスープ 果物	クッキー	麦茶 きな粉おにぎり
26(火)	ごはん 鶏のから揚げ コールスローサラダ 味噌汁 果物	チーズ	麦茶 味噌パン
27(水)	ごはん 煮魚 切干大根煮 すまし汁 果物	ヨーグルト	麦茶 りんごゼリー
28(木)	ひじきごはん ミートボール じゃが芋バター炒め 味噌汁	クラッカー	牛乳 シュガートースト
29(金)	キーマカレー ちくわサラダ スープ 果物	クッキー	麦茶 ポンデケージョ
30(土)	チキンライス たまご炒め 味噌汁 果物	クラッカー	麦茶 せんべい

※10時にTOMATO・ONIONクラスはおやつがあります。※仕入れの状況や人数の変更により献立が変わる時もあります。
 ※15時のおやつが牛乳の日はPUMPKIN・TOMATOクラスは麦茶になります。

中秋の名月「お月見」



中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。



※今年の十五夜は9月21日です。
お月見献立になっています。



「しきしき」は、小麦粉に水と砂糖を入れて薄く焼いた戦前からある奈良県のおやつです。

現在のクレープのような感覚のおやつです。

甘みをきかせてそのまま食べたり、焼きたてに刻んだねぎや削り節をかけて食べたり、あんこやジャムを巻いて食べたり、家庭によって食べ方も様々です。焼く時に、フライパンを火からおろすのがポイントです。

<材料>

薄力粉	カップ1弱
砂糖	大さじ1
卵	1個
水	150cc
油	適量

お好きな具材(ジャムやあんこなど)

<作り方>

- ボウルに小麦粉、砂糖、卵、水を入れて混ぜます。
- フライパンを熱し、薄く油をひきます。1度火からおろして、粗熱をとります。お玉半分くらいを流し入れ中火で焼きます。
- 表面が乾いたらひっくり返して両面焼きます。
- お好きな具材を巻いて出来上がりです。

