9月の献立　9/16～9/30

2026年　　みつばち保育園

日/曜日	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ
16 ／ 水	ごはん	チリコンカン きゅうりスティック 大根の味噌汁	豚ひき肉、ひよこ豆 油揚げ	じゃがいも	玉葱、人参、青ピーマン、赤ピーマン きゅうり 大根、葉ねぎ	かりかりせんべい （小麦、乳）
17 ／ 木	ごはん	とうふハンバーグ 大根切干の煮物 しいたけの味噌汁	豆腐、豚ひき肉、鶏卵 油揚げ	パン粉	玉葱、干しひじき、人参、葉ねぎ 大根切干、人参、玉葱、えのきたけ 生椎茸、玉葱、小松菜	サツマイモごはん
18 ／ 金	ごはん	ナスと豚肉のみそいため 菜果サラダ 味噌汁	豚肩ロース 生揚げ		なす、しょうが、青ピーマン キャベツ、みかん缶、りんご、きゅうり 玉葱、葉ねぎ	黒糖蒸しパン （小麦）
19 ／ 土	めん	五目うどん ふかし芋 チーズ・バナナ	鶏胸肉、油揚げ チーズ	うどん さつまいも	人参、キャベツ、葉ねぎ バナナ	ビスケット （小麦）
24 ／ 木	ごはん	ドライカレー オーロラサラダ	豚ひき肉、大豆	マカロニ・スパゲッティ	人参、玉葱、青ピーマン、トマト、ごぼう、にんにく、しょうが 人参、きゅうり、キャベツ	粉ふきいも チーズ（乳）
25 ／ 金	ごはん	若鶏の揚げ煮 甘酢和え 味噌汁	鶏もも肉		しょうが きゅうり、キャベツ、みかん缶 もやし、葉ねぎ、まいたけ	たまご蒸しパン （鶏卵、小麦） 十五夜だよ！
26 ／ 土	めん	やきそば ふかし芋 チーズ・バナナ	豚もも肉 チーズ	蒸し中華めん さつまいも	人参、玉葱、青ピーマン、キャベツ バナナ	おせんべい
28 ／ 月	ごはん	がんもどきのあんかけ おひたし 味噌汁	がんもどき、豚ひき肉 かつおぶし		人参、玉葱、さやいんげん キャベツ、もやし 大根、しめじ、長ねぎ	ふかし芋 豆乳・プルーン
29 ／ 火	ごはん	さばの焼き漬け じゃがいものパセリ和え 味噌汁	まさば 豆腐	じゃがいも	 パセリ しめじ、オクラ	バナナスコーン（小麦、乳） 豆乳
30 ／ 水	ごはん	豆乳シチュー 栄養きんぴら	豆乳、鶏もも肉 豚ひき肉、黒はんぺん	さつまいも ごま	人参、玉葱、生姜、にんにく、ブロッコリー ごぼう、糸こんにゃく、青ピーマン、人参	おにぎり

※　おやつについてはアレルギー特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）のみ表示いたします。

～ お月見を楽しもう ～

お月見にすることは？

①ススキを飾る！！

ススキは、月の神さまをお招きする依り代（よりしろ）としてお供えをします。本来は稲穂でしたが、次第に形の似ているススキが使われるようになりました。ススキは切り口が鋭いことから、災いや邪気を遠ざける効果があると言われています。

②月見団子を食べる！

米の粉で満月の月に見立てた団子を作り、米が無事に収穫できたことに感謝しながら、次の年の豊作を祈願してお供えをしていました。中国のお菓子、月餅を真似て作られたそうです。丸い形は満月を連想し、縁起がいいと言われています。
当時は月が信仰の対象とされ、月の神様である月読命（つくよみのみこと）が農耕の神様でもあったこともお供えの理由とされています。ちなみにお団子をピラミッド型に積み上げる理由は、一番上を天に向けることで収穫の感謝や祈願を月まで届けると意味があるそうです。

③お供え物をする！！

十五夜は、別名「芋名月」とも言います。
里芋を掘り、水炊きのまま月前に供え、収穫を祝ったことが由来です。
他にもさつまいもなど旬の野菜や果物をお供えして、収穫に感謝をします
特にぶどうのような「つる植物」を供えると、月との繋がりが強くなると言われています