

9月の予定献立表 完了期

発行日:2020年8月31日

作成者:野中 咲希

	月	火	水	木	金	土
午前 (未満児のみ)		1	2	3	4	5
朝食		牛乳	牛乳	野菜ジュース	牛乳	牛乳
昼食		ごはん すまし汁 ごった煮 バナナ	さんまの蒲焼丼 豆腐のみそ汁 切干大根さっぱり和え	ガバオライス 野菜スープ 棒棒鶏サラダ	ごはん すまし汁 白身魚の甘酢あんかけ りんご	焼きそば わかめスープ トマトの和え物
午後		牛乳 麩のラスク	お茶 ぶどうゼリー	牛乳 鈴カステラ	牛乳 ピザトースト	牛乳 ふんわりコーン
延長		お茶 クッキー	お茶 せんべい	お茶 ビスケット	お茶 ポーロ	お茶 ウエハース
午前 (未満児のみ)	7	8	9	10	11	12
朝食	牛乳	豆乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	黒糖ロール コーンスープ タラのムニエル 大豆のころころサラダ	ごはん みそ汁 豚のしょうが焼き キウイフルーツ	誕生日給食 いなり寿司 花麩のすまし汁 とりの磯辺焼き 小松菜のごま和え みかん缶	ビビンバ丼 もずくスープ ひじきとセロリのサラダ ミニトマト	ごはん 五目汁 さばのみそ煮 白和え	エビピラフ 野菜スープ ブロッコリーのツナ和え
午後	お茶 わかめおにぎり	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 アンパンマンソフトボテ	牛乳 ホットケーキ	お茶 フルーツポンチ	牛乳 ポーロ
延長	お茶 パイ菓子	お茶 クラッカー	お茶 ポップコーン	お茶 ミニゼリー	お茶 せんべい	お茶 ビスケット
午前 (未満児のみ)	14	15	16	17	18	19
朝食	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ひじきごはん 芋炊き オクラのおかか和え 柿	ごはん なめこのみそ汁 さわらのつけ焼き れんこんの梅マヨ和え	ごはん セロリのスープ レバーと芋の甘辛煮 大根の磯和え	ラーメン さつまいものマ・マレード煮 ブロッコリーサラダ	郷土料理 ごはん レタスのみそ汁 きのこと鮭のホイル焼き つぶつぶ	回鍋肉丼 春雨スープ 梨
午後	牛乳 バンケーキ	お茶 焼きビーフン	お茶 フルーチェ	牛乳 あられ	牛乳 蒸しパン	牛乳 ミニパン
延長	お茶 せんべい	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 パイ菓子	お茶 ポーロ	お茶 クラッカー
午前 (未満児のみ)	21	22	23	24	25	26
朝食			牛乳	ヤクルト	牛乳	牛乳
昼食	敬老の日	春分の日	お弁当	あんかけ丼 梅ドレッシングサラダ りんごヨーグルト	ごはん すまし汁 納豆とコーンの落とし焼き 炒り卵のサラダ	豚肉チャーハン みそ汁 もやしのゆかり和え
午後			牛乳 食パン	牛乳 せんべい	牛乳 ふかし芋	牛乳 野菜クッキー
延長			お茶 ポップコーン	お茶 ミニゼリー	お茶 サブレ	お茶 ふんわりコーン
午前 (未満児のみ)	28	29	30			
朝食	牛乳	牛乳	りんごジュース			
昼食	食パン 鮭のクリームシチュー スパゲティサラダ	五目うどん かぼちゃの煮物 ほうれん草おかか和え	ごはん みそ汁 肉じゃが 梨			
午後	お茶 みそ焼きおにぎり	お茶 カルビスゼリー	牛乳 蒸しパン			
延長	お茶 パイ菓子	お茶 あられ	お茶 クラッカー			

給食だより

まだまだ暑い日が続きます。夏の疲れも出てくるころです。規則正しい食生活で体調を整え、残暑を乗り越えましょう。

18日は甲信越地方の郷土料理です。レタス、しめじ、えのきの収穫量1位は長野県です。つぶつぶは大根やれんこん、ごぼう、などの野菜を粒のように小さく切って煮た料理です。おやつのはっぴ焼きは焼き器の蒸気口で笛をつけポーポーと鳴らしたことにより名づけられました。黒糖入りの素朴な焼き菓子です。

献立平均給与栄養量

エネルギー	未満児451kcal・以上児559kcal
たんぱく質	未満児17.9g・以上児21.0g
脂質	未満児16.3g・以上児19.1g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

