

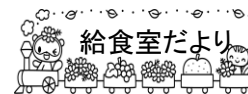
9月 幼児予定献立表

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2 月	バリバリ春巻き丼 中華スープ小松菜 フルーツミルクかん	七分米/緑豆はるさめ/ごま油/砂糖/ワタンの皮/サラダ油/ごま/ホットケーキミックス/粉糖	豚ひき肉/乾燥わかめ/普通牛乳/絹ごし豆腐	白ねぎ/ピーマン/赤ピーマン/にんじん/えのきたけ/にんにく/小松菜/玉葱/みかん缶詰	牛乳 グリンダーナツ
3 火	麦ご飯 鮭の醤油焼き 切干大根の煮物 味噌汁(かぼちゃ・玉葱)	七分米/押麦/砂糖	銀鮭/焼き竹輪/油揚げ/味噌/普通牛乳/粉寒天	にんじん/切干大根/かぼちゃ/玉葱/りんご(濃縮還元ジュース)	牛乳 りんごゼリー
4 水	眞珠山マーボー豆腐丼 もやし/小松菜の和えもずくのスープ 梨	七分米/砂糖/片栗粉/ごま油/ごま/じゃがいも	豚ひき肉/木綿豆腐/味噌/しらす干し/もずく/絹ごし豆腐/普通牛乳/豚ベーコン	しょうが/にんにく/白ねぎ/にんじん/えのきたけ/にら/もやし/小松菜/レモン汁/日本なし/玉葱	牛乳 もちり芋もち
5 木	麦ご飯 ミートボール こぼろサラダ 味噌汁(わか/エ/納豆)	七分米/押麦/サラダ油/パン粉/砂糖/ごま/マヨネーズ/ごま油	豚ひき肉/鶏ひき肉(生)/牛乳/挽きわり納豆/乾燥わかめ/味噌/普通牛乳/プレーンヨーグルト	玉葱/ごぼう/にんじん/いんげん/えのきたけ/パナナ	牛乳 バナナヨーグルト
6 金	麦ご飯 がんもどきあんかけ 小松菜の和え すまし汁(わかめ・鮓)	七分米/押麦/片栗粉/サラダ油/砂糖/マヨネーズ/切麩	木綿豆腐/鶏ひき肉(生)/干ひじき/油揚げ/乾燥わかめ/生揚げ/普通牛乳/調整豆乳/クリーム(乳脂肪)/牛乳	白ねぎ/にんじん/小松菜	牛乳 ココアプリン
7 土	ホークカレー バナナヨーグルト	七分米/サラダ油/じゃがいも/砂糖/ソフトビスケット	豚肉モモ/プレーンヨーグルト/普通牛乳	にんにく/しょうが/玉葱/にんじん/バナナ	牛乳 お菓子
9 月	麦ご飯 肉じゃが 野菜の磯香和え 味噌汁(小松菜・油揚げ)	七分米/押麦/サラダ油/じゃがいも/砂糖/片栗粉/ごま/ごま油/マカロニ(乾)	豚肉モモ/焼きのり/油揚げ/味噌/普通牛乳/きな粉	にんじん/玉葱/グリーンピース/キャベツ/小松菜	牛乳 マカロニきな粉
10 火	麦ご飯 切干大根の青根肉絲 中華きゅうり 豆腐とわかしのスープ	七分米/押麦/ごま油/片栗粉/砂糖/じゃがいも/マヨネーズ	豚肉モモ/木綿豆腐/普通牛乳/花麩/あおのり(素干し)	切干大根/しょうが/赤ピーマン/ピーマン/にんじん/エリンギ(生)/きゅうり/トマト(お鉢、冷凍)/チンゲンサイ/スイートコーン缶	牛乳 じゃがまるくん
11 水	麦ご飯 鶏のカレー 醤油焼き 鉄骨サラダ 味噌汁(わかめ・玉葱)	七分米/押麦/砂糖/マヨネーズ/ごま油/ルヴァンクラッカー	まさば(生)/干ひじき/大豆/乾燥わかめ/味噌/普通牛乳/粉寒天	もやし/きゅうり/にんじん/玉葱/ぶどう(ストロジュース)	牛乳 ぶどうゼリー クラッカー
12 木	タコライス レンズ豆 豆乳コーンスープ カルシウムヨーグルト	七分米/サラダ油/じゃがいも/小麦粉/パン粉	豚ひき肉/レンズまめ(全粒、乾)/パルメザンチーズ/豚大型もも(脂身付、生)/調整豆乳/牛乳/かぶ/ヨーグルト/普通牛乳	にんにく/玉葱/にんじん/キャベツ/トマト(生)/小松菜/クリームコーン缶	牛乳 ポテトフライ
13 金	茶飯 高野豆腐の唐揚げ マカロニサラダ けんちん汁	七分米/サラダ油/片栗粉/マカロニ(乾)/マヨネーズ/ごま油/食パン	高野豆腐/ツナ缶/鶏むね(皮付、生)/木綿豆腐/油揚げ/普通牛乳	しょうが/にんにく/きゅうり/にんじん/玉葱/レモン汁/大根/いちごジャム	牛乳 ジャムサンド
14 土	豚丼 味噌汁 オレンジ	七分米/サラダ油/しらす干し/砂糖/切麩/ソフトビスケット	豚肉モモ/味噌/普通牛乳	にんにく/玉葱/いんげん/小松菜/パレソアレルジ	牛乳 お菓子
17 火	豆まめカレーライス 3色ビュッセル(大根) オレンジ	七分米/押麦/サラダ油/砂糖	豚ひき肉/大豆/木綿豆腐/普通牛乳/きな粉	にんにく/玉葱/にんじん/トマト缶/ホール/きゅうり/大根/レモン汁/パレソアレルジ	牛乳 おはぎ
18 水	麦ご飯 レバカツ 酢ナムル 中華風コーンスープ	七分米/押麦/片栗粉/小麦粉/パン粉/サラダ油/ごま油/砂糖/ぎょうざの皮/有塩バター	鶏レバー/普通牛乳/クリームチーズ	小松菜/もやし/にんじん/スイートコーン缶/クリームコーン缶/玉葱/りんご	牛乳 リンゴピザ
19 木	麦ご飯 塩からあげ ワカメとわかしの汁 すまし汁(豆腐・ほうれん草)	七分米/押麦/小麦粉/片栗粉/サラダ油/ごま/マヨネーズ/砂糖/コーンフレーク	鶏むね(皮付、生)/ツナ缶/木綿豆腐/普通牛乳/きな粉	にんにく/ブロッコリー/にんじん/スイートコーン(お鉢、冷凍)/ほうれん草/レーズン/バナナ	牛乳 バナナきな粉コーンフレーク

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
20 金	流しろうめん 竹輪の揚げ スティックサラダ	ろうめん(乾)/小麦粉/サラダ油/マヨネーズ/ホットケーキミックス/有塩バター/砂糖/粉糖	花麩/焼き竹輪/あおのり(素干し)/普通牛乳/牛乳/クリーム(乳脂肪)	きゅうり/大根/にんじん/りんご/レモン汁	牛乳 デコレーションケーキ
21 土	ハワイライス バナナ	七分米/サラダ油/ソフトビスケット	豚肉モモ/普通牛乳	玉葱/にんじん/グリーンピース/バナナ	牛乳 お菓子
24 火	サバとトマトのスパゲティ 大根とワカメの和え物 ブルー	スパゲティ(乾)/サラダ油/有塩バター/砂糖/ごま油/七分米	さば(缶詰、水煮)/乾燥わかめ/豚大型もも(脂身付、生)	にんにく/玉葱/トマト缶/ホール/大根/ブルー(乾)/にんじん/赤ピーマン/ピーマン/白ねぎ	麦茶 チャーハン
25 水	小松菜と梅のご飯 高野豆腐の印籠煮 きゅうりの塩昆布和え 味噌汁(わか/油揚げ)	七分米/ごま/ごま油/片栗粉/砂糖/食パン/グラニュー糖/有塩バター	油揚げ/高野豆腐/豚ひき肉/干ひじき/木綿豆腐/塩昆布/味噌/普通牛乳	小松菜/梅干し(塩漬)/しょうが/きゅうり/キャベツ	牛乳 ココアトースト
26 木	麦ご飯 豚肉と生揚げの味噌炒め もやしと油揚げの和え物 すまし汁(豆腐・わかめ)	七分米/押麦/サラダ油/砂糖/ごま/ごま油	生揚げ/豚肉モモ/味噌/油揚げ/木綿豆腐/普通牛乳/きな粉	キャベツ/エリンギ(生)/にんじん/にんにく/しょうが/もやし/ほうれん草/バナナ	牛乳 安福川バナナ
27 金	麦ご飯 シューマイ 春雨サラダ わかめスープ	七分米/押麦/ワタンの皮/砂糖/ごま油/片栗粉/緑豆はるさめ/ごま/小麦粉/マヨネーズ/サラダ油	豚ひき肉/鶏ひき肉(生)/乾燥わかめ/普通牛乳/木綿豆腐/ツナ缶	玉葱/しょうが/グリーンピース/きゅうり/キャベツ/にんじん/白ねぎ/小松菜	牛乳 豆腐ナゲット
28 土	マーボー豆腐丼 わかめスープ ブルー	七分米/砂糖/片栗粉/ごま油/ソフトビスケット	豚ひき肉/木綿豆腐/味噌/乾燥わかめ/普通牛乳	しょうが/にんにく/白ねぎ/にら/小松菜/ブルー(乾)	牛乳 お菓子
30 月	豚肉丼 塩昆布和え 野菜のスープ オレンジ	七分米/砂糖/ごま/ごま油/食パン/マヨネーズ	豚大型もも(脂身付、生)/塩昆布/普通牛乳/パルメザンチーズ	玉葱/りんご/しょうが/にんにく/大根/キャベツ/にんじん/スイートコーン缶/パレソアレルジ	牛乳 チーズスティック

月平均栄養価	幼児	エネルギー: 511 タンパク質(g): 21.1 脂質(g): 15.5 カルシウム(mg): 231 塩分: 1.6
--------	----	--

☆材料の仕入れの都合により、献立を変更することがあります。
 ☆補食のおにぎりは、幼児80gです(ゆかり、わかめ、青菜、ごま、塩昆布のローテーションになります。)
 ☆土曜日の給食については、本園での提供となります。



まだまだ残暑が厳しい日中ですが、夜になると秋の虫の鳴き声が聞こえて、少しずつ秋のおとずれを感じます。
 昔から旧暦の8月16日の夜(新暦の9月中旬~10月上旬)を十五夜とよび、月見団子やすすき、里芋などを供えて、お月見する風習があります。「中秋の名月」とはこの頃に見える月のことで、1年で一番綺麗な月として眺められています。

今年9月17日が十五夜で、十五夜にちなんだおやつ献立をたてています。雲がなければ、夜空を見上げてみてくださいね!

