

9月予定献立表



新保保育園

	献立名	主な食品	未満児おやつ (午前)	おやつ (午後)		献立名	主な食品	未満児おやつ (午前)	おやつ (午後)
1月	カレーライス カラフルサラダ アップルシャーベット[534kcal]	豚肉 玉ねぎ かぼちゃ じゃが芋 にんにく しょうが 枝豆 キャベツ きゅうり 赤ピーマン コーン ハム	牛乳 菓子	スキム ミルクティー 菓子	18木	長崎ちゃんぽん おからのサラダ 冷凍みかん [449kcal]	豚肉 キャベツ もやし 人参 長ねぎ きくらげ なんと にんにく しょうが 豆乳 ツナ 玉ねぎ きゅうり ノンエッグマヨネーズ	お茶 菓子	飲むブルーベリー ヨーグルト 菓子
2火	ぶどうパン ポークビーンズ みかんサラダ ヨーグルト [388kcal]	豚肉 大豆 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン エリンギ にんにく キャベツ みかん缶 きゅうり	豆乳 菓子	お茶 チュモツパ (韓国風おにぎり)	19金	ロールパン 魚のパン粉焼き コールスローサラダ 梨 豆乳のカレースープ[423kcal]	鮭 ノンエッグマヨネーズ パン粉 人参 キャベツ きゅうり コーン チーズ ベーコン ブロッコリー じゃが芋 しめじ	牛乳 菓子	お茶 ミニおはぎ
3水	わかめご飯 鶏肉のマリネ トマト なすのみそ汁 [416kcal]	鶏肉 しょうが 黄ピーマン きゅうり 人参 玉ねぎ 豆腐 油揚げ なす 長ねぎ 青菜	お茶 スキム ヨーグルト和え	牛乳 黄桃マフィン	22月	ご飯 チーズ入りきりざい じゃが芋の炒め煮 ごま和え 冷凍パイン [439kcal]	納豆 チーズ 野沢菜漬け じゃが芋 人参 豚肉 つきこんにやく 長ねぎ にんにく しょうが もやし 青菜 すりごま	お茶 菓子	スキム ヨーグルト和え
4木	マーボーラーメン 切干大根サラダ 冷凍パイン [425kcal]	豆腐 豚ひき肉 しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 たけのこ 干しいたけ にら 切干大根 キャベツ ツナ	お茶 菓子	スキムミルク 菓子	24水	ご飯 魚の風味焼き もやしと青菜のナムル けんちん汁 [407kcal]	鯖 しょうが 長ねぎ すりごま もやし 青菜 人参 豆腐 さつま芋 大根 つきこんにやく ごぼう しめじ	お茶 スキム ヨーグルト和え	牛乳 菓子
5金	生揚げの中華丼 ゆかり和え もずくのスープ [401kcal]	生揚げ 豚肉 人参 玉ねぎ たけのこ きくらげ 白菜 青菜 きゅうり キャベツ もやし もずく 卵 えのき茸 長ねぎ	豆乳 菓子	牛乳 菓子	25木	卵とじうどん 海草サラダ バナナ [388kcal]	卵 かまぼこ 油揚げ 玉ねぎ 人参 青菜 干しいたけ 海草 ツナ キャベツ きゅうり ごま	豆乳 菓子	スキムココア 菓子
8月	ご飯 鶏肉の甘酢あん 五色和え みそ汁 [424kcal]	鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン 干しいたけ キャベツ ハム もやし 青菜 コーン 油揚げ 長ねぎ しめじ	牛乳 菓子	スキムミルク 菓子	26金	たいよう リクエスト給食 チーズサンド 鶏の唐揚げ 豆乳プリン ポテトサラダ 春雨スープ[390kcal]	黒糖食パン チーズ 鶏肉 しょうが じゃが芋 ツナ 人参 きゅうり 玉ねぎ ノンエッグマヨネーズ マロニー オクラ	牛乳 菓子	お茶 枝豆おにぎり
9火	食パン 豆腐ハンバーグ 即席漬け コンソメスープ 冷凍みかん [344kcal]	豚ひき肉 豆腐 玉ねぎ しょうが キャベツ きゅうり もやし ウィンナー じゃが芋 青菜 人参	豆乳 菓子	牛乳 おふきなこラスク	29月	芋ご飯 ミートボールのスープ れんこんサラダ りんご [389kcal]	さつま芋 ごま 鶏ひき肉 豚ひき肉 干しいたけ しょうが 人参 白菜 青菜 しらたき キャベツ 枝豆 ツナ	お茶 菓子	牛乳 ココア蒸しパン
10水	ご飯 魚の塩焼き ひじきと大豆のサラダ かぼちゃのみそ汁 [398kcal]	鯖 しょうが ひじき 大豆 人参 ハム キャベツ もやし かぼちゃ 油揚げ 青菜 玉ねぎ	牛乳 菓子	うちゅうクッキング お茶 ポテサラパイ	30火	ご飯 魚の照り焼き 油揚げのごま酢和え なめこ汁 [411kcal]	鮭 油揚げ もやし きゅうり 人参 すりごま なめこ 豆腐 わかめ じゃが芋 大根 長ねぎ	豆乳 菓子	牛乳 菓子
11木	ツナのトマトスパゲッティ きのこスープ スキムヨーグルト和え[500kcal]	ツナ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー にんにく トマト缶 ベーコン しめじ えのき茸 しいたけ コーン バナナ 黄桃缶	お茶 菓子	スキムココア 菓子	9月に入りますが、日中はまだまだ暑い日が続きます。夏場に引き続き、こまめな水分補給をしっかりと行い、体調を崩さないよう注意していきましょう。 今年も畑の夏野菜（ピーマン・ズッキーニ・きゅうり・すいか・かぼちゃなど）がたくさん収穫でき、給食やおやつの食材として提供しました。秋にはさつま芋掘りがあります。暑さや水不足でさつま芋の出来が少し心配ですが、引き続き畑の野菜を楽しんでいきたいと思ひます。				
12金	ご飯 たまご焼き 切り昆布煮 さつま汁 アップルシャーベット[422kcal]	卵 切り昆布 油揚げ 人参 さやいんげん 鶏肉 大根 ごぼう つきこんにやく さつま芋 長ねぎ	お茶 スキム ヨーグルト和え	牛乳 ジャムサンド					
16火	ご飯 鶏肉のごまごま焼き 磯香和え ふのすまし汁 [333kcal]	鶏肉 しょうが ごま キャベツ もやし 人参 ちくわ 刻みのり あられふ 豆腐 青菜 えのき茸	豆乳 菓子	スキム ミルクティー 菓子					
17水	ご飯 魚の竜田揚げ カリポリ漬け みそ汁 [417kcal]	鯖 しょうが 人参 大根 きゅうり 豆腐 油揚げ 玉ねぎ えのき茸 わかめ	お茶 スキム ヨーグルト和え	お茶 ピザトースト					

