

今月の平均	エネルギー	1・2歳児	3・4・5歳児
	たんぱく質	488kcal	579 kcal
	脂質	19.6g	22.5g
		17.9g	20.0g

2020年 9月 給食予定献立表

打越保育園
打越保育園分園

日	曜日	午前おやつ	昼食		3時のおやつ	6時40分おやつ	材料名			
			1・2歳のみ	主食			副食	全員	対象児のみ	きいろのグループ
								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
1・15	火	牛乳 バナナ	冷やし ちゃんぽん ラーメン	ささ身のごま焼き 大根の和え物 果物	牛乳 メロンパントースト	麦茶 おせんべい	蒸し中華麺 ごま油 白湯スープ ごま 三温糖 食 パン バター 上白糖 小麦粉 グラニュー糖	牛乳 豚小間 冷凍むきエビ 冷凍イカ なたと 鶏ささ身 ツナ 卵	バナナ キャベツ 人参 もやし 玉葱 大根 きゅうり	
2・23	水	牛乳 干し芋	五穀ご飯	味噌汁 オクラと人参の肉巻き おからサラダ 果物	フルーツ ヨーグルト おせんべい	麦茶 おせんべい	干し芋 精白米 五穀米 三温糖 片栗粉 マヨネーズ フロストシュガー せんべい	牛乳 味噌 煮干しだし 油揚げ 豚肉 おから ハム ヨーグルト	小松菜 玉葱 えのき オクラ 人参 きゅうり バナナ みかん 缶 もも缶	
3・17	木	ヨーグルト	胚芽パン	ミネストローネスープ スペイン風オムレツ ブロッコリーのドレッシング和え 果物	牛乳 くるくるパイ	麦茶 おせんべい	フロストシュガー 胚芽パン マカロニ ケチャップ 三温糖 油 じゃが芋 冷凍バイシート 上白糖 グラニュー糖	ヨーグルト 牛乳 ウインナー 卵 スキムミルク 粉チーズ ベーコン	人参 玉葱 キャベツ セロリ パセリ にんにく トマト缶 ピーマン ブロッコリー コーン	
4・18	金	牛乳 ふかし芋	きのこご飯	すまし汁 鮭の西京焼き れんこんのきんぴら 果物	麦茶 ポンデケージョ	麦茶 おせんべい	さつま芋 精白米 三温糖 豆麩 油 ごま油 ごま 白玉粉	牛乳 鶏小間 油揚げ かつお・こんぶだし 鮭 味噌 ベーコン 卵 粉チーズ	ひらたけ しめじ しいたけ 三つ葉 生姜 れんこん 人参 小葱	
5・19	土	牛乳 食パン	トマトとツナの 冷たい スパゲティ	豆腐スープ ポテかぼちゃサラダ 果物	牛乳 焼き菓子	麦茶 おせんべい	食パン スパゲティ オリーブ油 じゃが芋 マヨネーズ 焼き菓子	牛乳 ツナ 粉チーズ 豆腐	にんにく 玉葱 なす トマト缶 パセリ 葱 かぼちゃ コーン きゅうり	
7・28	月	ヨーグルト	さつま芋 ご飯	豚汁 豆腐のハンバーグ 野菜としらすの炒め物 果物	牛乳 ツナと大葉の ガーリックパスタ	麦茶 おせんべい	フロストシュガー 精白米 さつま芋 ケチャップ バター ごま スパゲティ オリーブ油	ヨーグルト 牛乳 豚小間 豆腐 味噌 にぼしだし 鶏挽肉 しらす干し ツナ	人参 大根 こんにやく 葱 玉 葱 キャベツ 小松菜 しそ にんに く	
8・29	火	牛乳 バナナ	鶏うどん	かぼちゃのそぼろ煮 ひじきの白和え 果物	牛乳 ヨーグルト ケーキ	麦茶 おせんべい	茹でうどん 三温糖 油 上白糖 いちごジャム	牛乳 油揚げ にぼしだし 豚ひき肉 豆腐 ヨーグルト 生クリーム ゼラチン	バナナ 人参 小松菜 しいたけ かぼちゃ ひじき こんにやく	
9	水	牛乳 するめ	炊きおこわ	いものこ汁 エビフライタルタルソース キャベツのソテー 果物	麦茶 ロールケーキ	麦茶 おせんべい	精白米 もち米 ごま さいも 小麦粉 卵 油 マヨネーズ バター スポンジケーキ 上白糖	牛乳 するめ ささげ 油揚げ かつお・こんぶだし えび 卵 生クリーム	人参 しいたけ ごぼう こんに やく こねぎ 玉葱 パセリ キャベツ 人参 コーン パセリ バナナ パイン缶 もも缶	
10・24	木	ヨーグルト	ハムチーズ サンド	じゃが芋のポタージュ 豆腐のトマト煮 果物	牛乳 10日 焼きうどん 24日 おはぎ	麦茶 おせんべい	フロストシュガー 食パン スライスチーズ マヨネーズ じゃが芋 バター 小麦粉 オリーブ油 茹でうどん 油	ヨーグルト 牛乳 ハム 豆腐 豚小間 なたと かつお節	玉葱 パセリ 人参 黄ピーマン なす ズッキーニ にんにく トマト缶 もやし キャベツ 青ピーマン	
11・25	金	牛乳 食パン	五穀ご飯	具沢山汁 さんまのかば焼き ナムル風煮浸し 果物	麦茶 人参蒸しパン	麦茶 おせんべい	食パン 精白米 五穀米 片栗粉 油 三温糖 ごま ごま油 ベーキングパウダー ホットケーキミックス	牛乳 鶏小間 にぼしだし 味噌 さんま 油揚げ	大根 こんにやく ごぼう しいた け 葱 ほうれん草 人参 もやし 生姜 干しぶどう	
12・26	土	牛乳 ふかし芋	味噌ラーメン	蒸ししゅうまい もやしときゅうりの和え物 果物	牛乳 焼き菓子	麦茶 おせんべい	さつま芋 蒸し中華麺 油 ごま 焼き菓子	牛乳 豚小間 味噌 蒸ししゅう まい	人参 もやし 玉葱 小松菜 たけのこ コーン にんにく わかめ きゅうり	
14	月	ヨーグルト	カレーライス	はんぺんスープ ミモザサラダ 果物	牛乳 肉まん	麦茶 おせんべい	フロストシュガー 精白米 五穀米 じゃが芋 油 バター 小麦粉 ケチャップ マヨネーズ ベーキングパウダー 油 三温 糖	ヨーグルト 牛乳 鶏小間 はんぺん 卵 ハム 豚ひき肉	玉葱 人参 トマト缶 にんにく 生姜 葱 きゅうり キャベツ 干し椎茸 たけのこ	
16・30	水	牛乳 煮干し	お麩と卵の ふわふわ丼	味噌汁 まぐろの梅醤油焼き いんげんとささ身のごま和え 果物	牛乳 コーンフレーク バナナ	麦茶 おせんべい	精白米 豆麩 油 ごま コーンフ レーク	牛乳 煮干し 豚ひき肉 卵 味噌 豆腐 冷凍かじまぐろ 鶏ささみ	玉葱 ほうれん草 しめじ キャベツ 葱 練り梅 さやいんげん 人参 バナナ	

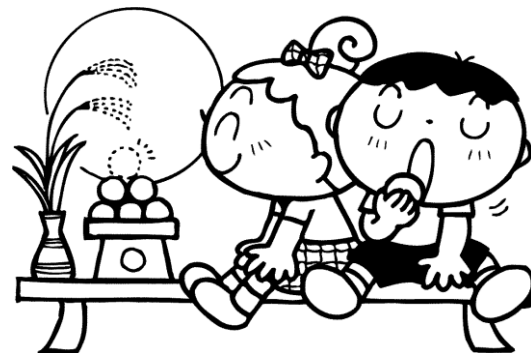


9月に入り、少しずつ秋が近づいて来ころではありますが今年もまだまだ暑い日が続くそう
ですね。
夏の疲れが出やすくなってくる頃だと思しますので元気の源である食事の習慣を整えしっかりと
栄養補給・水分補給をして元気に過ごしましょう！

☆今月の果物（緑色グループ）には、りんご、梨、バナナ、巨峰、柿が日替わりで出てきます。

☆9日（水） 誕生日会です。お昼には炊きおこわ、おやつはロールケーキでお祝いします。

☆24日（木） お彼岸の入りになんでおやつはおはぎを食べます。



※材料入荷の都合により献立の一部を変更する場合があります。又、調理の都合上、欠席連絡は、9時迄にお願いします。



