



9月の予定献立表



いちよう保育園

	月	火	水	木	金	土
午前		1	2	3	4	5
昼食		牛乳 たまごふりかけご飯 赤魚の煮付け 小松菜とほうれん草のお浸し 豆腐のすまし汁	牛乳 麵 五目うどん さつまいもの甘煮 ヨーグルト	牛乳 枝豆ご飯 鶏の唐揚げ きゅうりのカリコリ漬け チンゲン菜のスープ・梨	牛乳 ナン キーマカレー 春雨サラダ ショアマスカット	牛乳 ご飯 豚肉のごま味噌焼き いんげんのおかか和え えのきの味噌汁
午後 茶番		牛乳・シュガーバターサンド エネルギー以上児：601・未満児（517） 塩分：3.0・未満児（2.3）	お茶・チーズおかかおにぎり 503(434) 2.7(2.0)	牛乳・プリンアラモード 592(511) 2.1(1.7)	牛乳・塩ゆでとうもろこし 560(483) 2.1(1.7)	牛乳・せんべい 502(421) 2.0(1.5)
午前	7	8	9	10	11	12
昼食	牛乳 ご飯 鮭の味噌マヨ焼き きんぴらごぼう きのこのすまし汁	牛乳 ご飯 肉じゃが わかめときゅうりの酢の物 お麩の味噌汁	牛乳 麵 味噌ラーメン かぼちゃの煮物 お茶	牛乳 ご飯 マーボー豆腐 もやし中華和え 中華スープ	牛乳 コッペパン ホットドッグ カリフラワーサラダ ころころスープ	牛乳 ご飯 ポークカレー ブロッコリーのごま酢和え お茶
午後 茶番	牛乳・枝豆・ピピピチーズ 573(499) 2.6(2.1)	牛乳・バナナ 583(519) 2.1(1.7)	牛乳・豆腐ナゲット 516(439) 2.3(1.8)	牛乳・今川焼き 438(408) 2.4(1.9)	お茶・フルーツヨーグルト 437(385) 2.5(2.0)	牛乳・クッキー 718(598) 1.6(1.3)
午前	14	15	16	17	18	19
昼食	牛乳 ご飯 さんまの甘露煮 キャベツの塩昆布和え なめこの味噌汁	牛乳 ご飯 レバーの味噌ゲチャップ和え 小松菜の中華和え 茄子の味噌汁	牛乳 豆乳フレット チーズハンバーグ ピーマンのツナ和え ABCスープ	牛乳 ご飯 鶏肉とキャベツの味噌炒め しめじの味噌汁 ピーチゼリー	牛乳 ご飯 ビビンバ 春雨スープ バナナ	
午後 茶番	牛乳・りんごゼリー 480(444) 1.6(1.4)	お茶・梨 396(356) 1.4(1.2)	お茶・フルーチェいちご 555(490) 2.8(2.2)	牛乳・どら焼き 574(508) 2.1(1.7)	牛乳・かぼちゃドーナツ 626(540) 2.4(1.9)	
午前	21	22	23	24	25	26
昼食			牛乳 ご飯 焼き餃子 れんこんサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 麦ご飯 すき焼き丼 キャベツの味噌汁 ソフールいちご	牛乳 ご飯 ミートボール スパゲッティサラダ 大根の味噌汁	牛乳 ご飯 鶏肉の甘味噌焼き ブロッコリーの磯和え もやしの味噌汁
午後 茶番			牛乳・パームクーヘン 568(472) 1.7(1.3)	お茶・フルーツポンチ 392(357) 1.4(1.2)	牛乳・のり塩ポテト 581(483) 2.1(1.4)	牛乳・せんべい 463(422) 2.0(1.8)
午前	28	29	30	9月の旬の食材		
昼食	牛乳 麵 焼きそば シューマイ わかめスープ	牛乳 ご飯 豚肉のしょうが焼き いんげんのごまマヨ和え 玉ねぎの味噌汁	牛乳 ご飯 納豆 かぼちゃのサラダ 芋煮・いちごのムース	<p><魚介類> 鮭、さんま、しらす、えび <果物> 梨、ぶどう <野菜> さやいんげん、枝豆、おくら、かぼちゃ、チンゲン菜 なす、さつまいも、さといも ☆食材の都合により、献立に変更が生じる場合があります。 ☆就学に向け、みらい組さんには給食に牛乳が付きません。</p>		
午後 茶番	牛乳・メロンパン 661(590) 2.0(1.6)	牛乳・クッキー 549(491) 1.2(1.0)	牛乳・柿 504(459) 1.7(1.4)			