



9月予定および献立表

2024年8月20日
郡山敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です



日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	日				
2	月	スイミング(きりん) 封筒締め切り 体育遊び(幼児)	鮭のきのこあんかけ カニカマサラダ けんちん汁	鮭、玉ねぎ、えのき、しめじ キャベツ、人参、胡瓜、カニカマ 鶏肉、ごぼう、人参、干し椎茸、大根、油揚げ、青ねぎ	ひじきおにぎり ●牛乳
3	火	避難訓練 (大阪880万人訓練)	鶏肉のマリネ焼き/添野菜 大豆サラダ イタリアンスープ	鶏肉、カラーピーマン / ほうれん草 大豆、胡瓜、人参、キャベツ、コーン ウインナー、玉ねぎ、人参、キャベツ、にんにく、オリーブ油	●きな粉揚げパン ●牛乳
4	水	お習字(きりん) シーツ交換(乳児)	豚肉のしぐれ煮 ポン酢和え みそ汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん キャベツ、人参、胡瓜、竹輪、えのき 麩、わかめ、青ねぎ	●シリアルクッキー (幼児:チョコチップ) ●牛乳
5	木	シーツ交換(幼児)	★●豆腐の松風焼き/添野菜 じゃこサラダ みそ汁	鶏挽肉、豆腐、玉ねぎ、青ねぎ、卵、牛乳、ごま/星人参 キャベツ、ちりめんじゃこ、人参、胡瓜 なす、油揚げ、青ねぎ	●キャラメルラスク ●牛乳
6	金	E~たいむ(幼児)	ビビンバ ●揚げしゅうまい 中華スープ / フルーツ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、ごま しゅうまい 豆腐、わかめ、青ねぎ / パイン	夕焼けおにぎり ●牛乳
7	土	土曜保育	●エビピラフ グリーンサラダ 豆乳スープ	えび、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、バター ブロッコリー、キャベツ、胡瓜 玉ねぎ、人参、しめじ、ウインナー、豆乳	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
8	日				
9	月	スイミング(きりん) 制服類注文締切	★鮭寿司 厚揚げのそぼろ煮 すまし汁 / ゼリー	鮭、胡瓜、大葉、ごま、錦糸卵、のり 鶏挽肉、厚揚げ、チンゲン菜、人参、玉ねぎ 麩、かまぼこ、三つ葉 / ゼリー	★●オレンジケーキ ●牛乳
10	火	体育遊び(幼児)	チンジャオロース 中華風酢の物 ★コーンと卵のスープ	牛肉、もやし、人参、筍、ピーマン、オイスターソース ささみ、もやし、人参、ほうれん草 クリームコーン、玉ねぎ、卵、青ねぎ	だしシヤカポテト ●牛乳
11	水	お習字(きりん) (お習字参観)	★冷やしうどん 天ぷら フルーツ	うどん、ツナ、胡瓜、トマト、錦糸卵 南瓜、竹輪、青のり、天ぷら粉 バナナ	おはぎ ●牛乳
12	木		さつま芋ご飯/鱈の香味焼き ★●ハムサラダ みそ汁	さつま芋 / 鱈、大葉 ハム、キャベツ、胡瓜、人参、コーン 油揚げ、玉ねぎ、青ねぎ	★●カレーチーストースト (マヨネーズ・粉チーズ) ●牛乳
13	金	参観日(幼児) E~たいむ(幼児)	ミートスパゲティ コーンサラダ フルーツ	スパゲティ、合挽肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、ピーマン、上新粉 キャベツ、人参、胡瓜、コーン オレンジ	切干し大根のおにぎり ●牛乳
14	土	園庭開放 土曜保育 幼児お弁当	ちゃんぽん 春巻き ゼリー	中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、かまぼこ、青ねぎ 春巻き ミニゼリー	●チーズホットケーキ ●牛乳
15	日				
16	月	敬老の日			

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
17	火	お月見会 体育遊び(幼児)	鯛のおろし煮 ブロッコリーサラダ みそ汁	鯛、大根 キャベツ、ブロッコリー、人参、コーン 厚揚げ、玉ねぎ、青ねぎ	★●お月見蒸しパン ●牛乳
18	水	お習字(きりん) シーツ交換(乳児)	★●ごぼうハンバーグ/添野菜 ごま和え みそ汁	合挽肉、ごぼう、玉ねぎ、牛乳、パン粉、卵、みそ/ほうれん草 キャベツ、人参、胡瓜、平天、ごま 南瓜、わかめ、青ねぎ	●プリン風ゼリー クラッカー ●牛乳
19	木	シーツ交換(幼児)	●肉団子の野菜あん ★マカロニサラダ みそ汁	肉団子、ケチャップ / ブロッコリー マカロニ、ツナ、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ さつま芋、油揚げ、青ねぎ	★●ホットドッグ ●牛乳
20	金	E~たいむ(幼児)	菜飯 / 肉じゃが おかか和え みそ汁	菜飯の素 / 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しらたき、いんげん 白菜、人参、ほうれん草、花かつお もやし、わかめ、青ねぎ	●マシュマロおこし ●牛乳
21	土	土曜保育	豚丼 お浸し みそ汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、青ねぎ ほうれん草、白菜、しめじ、人参 麩、油揚げ	●おからクッキー ●牛乳
22	日	秋分の日			
23	月	振替休日			
24	火	体育遊び(幼児)	鶏の唐揚げ / 添野菜 ツナサラダ みそ汁	鶏肉 / ブロッコリー キャベツ、ツナ、人参、胡瓜、コーン 玉ねぎ、わかめ、青ねぎ	●フルーツヨーグルト ●ビスケット
25	水	お誕生会	ポークカレー キャベツとパインのサラダ ゼリー	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ルウ キャベツ、胡瓜、パイン缶、レーズン ゼリー	★●パースデーケーキ (ココア) ●牛乳
26	木		鮭の西京焼き / 添野菜 酢の物 ★かき玉汁	鮭、白みそ / 南瓜 大根、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ 卵、豆腐、青ねぎ	★●ミルクパン ●牛乳
27	金	Jリーグ(いぬ・きりん) E~たいむ(幼児)	★●パン / フルーツ チキンのトマト煮込み ひじきサラダ	パン / バナナ 鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト キャベツ、人参、ひじき、胡瓜、コーン	わかめおにぎり ●牛乳
28	土	園庭開放 土曜保育 幼児お弁当	焼きそば風スパゲティ コールスローサラダ わかめスープ	スパゲティ、豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ キャベツ、胡瓜、人参、レーズン わかめ、コーン	●どら焼き ●牛乳
29	日				
30	月		●タンダリーチキン/添野菜 切干し大根の梅肉和え みそ汁	鶏肉、ヨーグルト、カレー粉 / ブロッコリー ツナ、切干し大根、人参、もやし、梅肉 玉ねぎ、さつま芋、青ねぎ	●もちもちドーナツ ●牛乳

◆献立の内容は仕入れ等の状況により、変更する場合があります。

◆アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

◆乳児クラスは、朝おやつにせんべいやビスケット等を提供しています。

今月の一人当たりの栄養素(3歳児)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	497	18.6	13.8	230	2	200	0.3	0.35	23	4	1.6
平均	549	19.2	15.5	233	1.9	193	0.33	0.4	23	4.2	1.7