

9 月予定および献立表

令和6年8月20日(火曜日)
中穂積敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

※9月より幼児さんはお弁当となります。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ	日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	日					15	日				
2	月	習字	鶏肉の照り焼き ★高野豆腐の卵とじ 味噌汁	鶏肉 ほうれん草 高野豆腐、玉ねぎ、人参、卵、三つ葉 えのき茸、わかめ、青葱	●アメリカンドッグ ●牛乳	16	火	敬老の日			
3	火		わかめご飯 鱈のおろし煮 ★マカロニサラダ 豚汁	わかめ 鱈、大根 ツナ、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ 豚肉、ごぼう、大根、人参、さつま芋、青葱	★●クリームパン ●牛乳	17	火	J-リーグ お月見	鶏肉のから揚げ 大豆サラダ 味噌汁	鶏肉、生姜 大豆、ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 玉ねぎ、しめじ、青葱	●ホイップサンド ●牛乳
4	水	体育あそび	肉じゃが 白和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しらたき、いんげん 豆腐、ほうれん草、白菜、人参、椎茸、こんにゃく、ごま しめじ、もやし、青葱	★●オレンジケーキ ●牛乳	18	水	体育あそび	豚肉のしょうが焼き ポン酢和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン ほうれん草、白菜、人参、えのき茸、ポン酢 じゃが芋、わかめ	●お麩ラスク ●牛乳
5	木		ビビンバ ●揚げ餃子 ビーフンスープ ゼリー	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、ごま 餃子 ビーフン、玉ねぎ、干し椎茸、青梗菜 ゼリー	●フルーツヨーグルト ★●バームクーヘン	19	木		★冷やしうどん 天ぷら フルーツ	うどん、ささみ、きゅうり、トマト、錦糸卵 さつま芋、竹輪、てんぷら粉 黄桃缶	鯖缶の炊き込みご飯 ●牛乳
6	金	E~たいむ	★●豆腐の松風焼 じゃことひじきのサラダ 味噌汁	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、青葱、卵、パン粉、牛乳、味噌、ごま ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ なす、油揚げ、青葱	●もちもちドーナツ ●牛乳	20	金	E~たいむ	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、しめじ、えのき茸、エリンギ カニカマ、キャベツ、きゅうり、人参 鶏肉、ごぼう、人参、干し椎茸、こんにゃく、大根、青葱	★●スイートポテト ●牛乳
7	土		焼きそば風スパゲティー 中華風酢の物 味噌汁	スパゲティー、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、竹輪 カニカマ、きゅうり、人参、もやし 麩、わかめ	五平餅 ●牛乳	21	土		エビピラフ グリーンサラダ 豆乳スープ	エビ、玉ねぎ、人参、青梗菜、コーン ブロッコリー、きゅうり、キャベツ 玉ねぎ、人参、しめじ、ウインナー、豆乳	★●ホットドッグ ●牛乳
8	日					22	日	秋分の日			
9	月	習字 (参観)	★鮭寿司 厚揚げのそぼろ煮 すまし汁	鮭、きゅうり、大葉、ごま、錦糸卵、のり 鶏ミンチ、厚揚げ、玉ねぎ、人参、青梗菜 麩、かまぼこ、三つ葉	フルーツゼリー せんべい ●牛乳	23	月	振替休日			
10	火		●パン フルーツ ●ビーフシチュー コールスローサラダ	パン バナナ 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、きゅうり、人参、コーン、レーズン	切干大根のおにぎり ●牛乳	24	火	避難訓練	鶏肉のノルウェー風 ツナサラダ 味噌汁	鶏肉、ケチャップ ブロッコリー ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 玉ねぎ、わかめ	●マシュマロランチ ●牛乳
11	水	体育あそび	さつま芋ご飯 鯖の香味焼き ★●ハムサラダ 味噌汁	さつま芋 鯖、大葉 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 大根、もやし、青葱	●シュガートースト ●牛乳	25	水	体育あそび	栗ご飯 鮭の西京焼き 酢の物 ★かきたま汁	栗 鮭、味噌 大根、きゅうり、人参、ちりめんじゃこ 卵、豆腐、ほうれん草	●シナモン揚げパン ●牛乳
12	木	スイミング 幼児シーツ交換	●肉団子の甘酢あんかけ 胡麻和え 味噌汁	肉団子、ケチャップ ブロッコリー キャベツ、きゅうり、人参、竹輪、ごま 小松菜、豆腐	●シリアルクッキー ●牛乳	26	木	スイミング 幼児シーツ交換	★●ごぼうハンバーグ ひじき煮 味噌汁	合挽ミンチ、ごぼう、玉ねぎ、牛乳、卵、パン粉、味噌 ひじき、大豆、竹輪、人参、しらたき、いんげん 大根、油揚げ、青葱	●プリン クラッカー ●牛乳
13	金	E~たいむ 自由参観 乳児シーツ交換	豚肉のしぐれ煮 ★ポテトサラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん ツナ、じゃが芋、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ キャベツ、しめじ、青葱	★お好み焼き ●牛乳	27	金	E~たいむ 乳児シーツ交換	豚肉とキャベツみそ炒めの ナムル コーンスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、甜麺醬 ささみ、ほうれん草、人参、もやし クリームコーン缶、玉ねぎ、青葱	フライドポテト ●牛乳
14	土	家庭の日	炒飯 中華サラダ わかめスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜 ブロッコリー、きゅうり、コーン わかめ、大根	★●どら焼き ●牛乳	28	土	家庭の日	豚丼 ブロッコリーサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、青葱 ブロッコリー、キャベツ、人参、コーン 麩、えのき茸、青葱	おからクッキー ●牛乳
						29	日				
						30	月	誕生会 習字	キーマカレー パインサラダ ●ヨーグルト	合挽ミンチ、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン ヨーグルト	★●バースディケーキ ●牛乳

■献立の内容は、仕入れの状況により、若干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で、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

■乳児さんの朝のおやつはせんべい・ビスケット等を提供しています。

今日の一人当たりの栄養量 (3才児)

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンb1	ビタミンb2	ビタミンC	食物繊維	食塩
基準	543	20.3	15.1	250	2.3	210	0.32	0.36	23	3.6	1.6未満
平均	579	19.6	17.4	262	2	195	0.35	0.43	23	4.1	1.8