



9月予定および献立表



令和6年8月20日
彩都敬愛保育園

●は乳、★は卵、♥はトマト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		鶏肉の照り焼き/付野菜 ★高野豆腐の卵とじ みそ汁	鶏肉 / ほうれん草 高野豆腐、人参、玉ねぎ、卵、三つ葉 えのき、わかめ、青ねぎ	●お麩ラスク ●牛乳
3	火		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、竹輪、人参、胡瓜、えのき、ポン酢 じゃが芋、油揚げ、青ねぎ	マカロニきな粉 ●牛乳
4	水		鮭のきのこあんかけ かにかまサラダ けんちん汁	鮭、玉ねぎ、しめじ、えのき、エリンギ かにかま、キャベツ、胡瓜、人参 鶏肉、ごぼう、人参、干椎茸、大根、青ねぎ	●シリアルクッキー ●牛乳
5	木		ビビンバ ●揚げ餃子 中華スープ / ●チーズ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草 ぎょうざ 豆腐、コーン、青ねぎ / チーズ	●プリン クラッカー ●牛乳
6	金		★●豆腐の松風焼 じゃこサラダ みそ汁	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、キャベツ、胡瓜、人参 なす、油揚げ、青ねぎ	ひじきおにぎり
7	土		♥焼きそば 中華酢の物 みそ汁	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、竹輪、玉ねぎ、人参、ソース かにかま、胡瓜、人参、もやし 麩、わかめ、青ねぎ	★●どら焼き ●牛乳
8	日				
9	月		★鮭寿司 厚揚げのそぼろ煮 すまし汁	鮭、大葉、胡瓜、ごま、刻みのり、錦糸卵 鶏ミンチ、厚揚げ、青梗菜、人参、玉ねぎ 麩、かまぼこ、三つ葉	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
10	火		♥●ハヤシライス みかんサラダ ●チーズ	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、ルウ キャベツ、胡瓜、みかん缶、人参、レーズン チーズ	●きな粉揚げパン ●牛乳
11	水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	チンジャオロース ナムル コーンスープ	牛肉、もやし、筍、人参、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、青ねぎ	●ジャムサンド ●牛乳
12	木	シーツ交換 (りす)	さつま芋ご飯/ 鯖香味焼き ハムサラダ みそ汁	さつま芋 / 鯖、大葉 ハム、キャベツ、胡瓜、コーン 大根、もやし、青ねぎ	だしシャカポテト ●牛乳
13	金		♥★●冷やし中華 ●蒸し焼売 フルーツ	中華麺、焼き豚、胡瓜、トマト、錦糸卵 焼売 黄桃缶	夕焼けおにぎり
14	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、バター ブロッコリー、胡瓜、キャベツ 玉ねぎ、人参、しめじ、ウインナー、豆乳	ちんすこう ●牛乳

- ◆朝のおやつはビスケット、せんべい等を提供しています
- ◆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。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
15	日				
16	月	敬老の日			
17	火	お月見ごっこ	鱈のおろし煮 じゃことひじきのサラダ みそ汁	鱈、大根 ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、ひじき、パプリカ 豆腐、玉ねぎ、青ねぎ	★●お月見ケーキ ●牛乳
18	水		★●ごぼうハンバーグ ★マカロニサラダ みそ汁	合挽ミンチ、ごぼう、玉ねぎ、牛乳、卵、パン粉、味噌 マカロニ、ツナ、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ 大根、油揚げ、青ねぎ	●セサミトースト ●牛乳
19	木		肉じゃが 白和え みそ汁	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、しらたき、いんげん 豆腐、ほうれん草、白菜、人参、椎茸、ごま 南瓜、もやし、青ねぎ	切干大根のおにぎり
20	金	誕生会	キーマカレー パインサラダ ●ヨーグルト	ミンチ、玉ねぎ、人参、じゃが芋、コーン、ルウ キャベツ、胡瓜、パイン缶、レーズン ヨーグルト	★●ハースティケーキ ●牛乳
21	土		炒飯 中華サラダ わかめスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、 ささみ、胡瓜、人参、もやし わかめ、大根、ごま	●チーズサンド ●牛乳
22	日	秋分の日			
23	月	振替休日			
24	火	避難訓練	♥鶏肉のノルウェー風/付野菜 ツナサラダ みそ汁	鶏肉、ケチャップ / ブロッコリー ツナ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン 玉ねぎ、わかめ、青ねぎ	●マシュマロおこし ●牛乳
25	水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	栗ご飯 / 鮭の西京焼き 酢の物 ★かきたま汁	栗 / 鮭、みそ 大根、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ 卵、豆腐、三つ葉	★●スナックパン ●牛乳
26	木	シーツ交換 (りす)	♥●肉団子甘酢あん/付野菜 ごま和え みそ汁	肉団子、ケチャップ / ブロッコリー キャベツ、竹輪、胡瓜、人参、ごま さつま芋、油揚げ、わかめ	●フルーツヨーグルト ●ビスコ
27	金		★●パン / ●パンキンシチュー コールスローサラダ フルーツ	パン / 鶏肉、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、しめじ、牛乳、ルウ キャベツ、コーン、人参、胡瓜、レーズン バナナ	玄米おにぎり
28	土		豚丼 ブロッコリーサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、しらたき、かまぼこ、青ねぎ ブロッコリー、人参、コーン 麩、えのき、青ねぎ	たい焼き フルーツ ●牛乳
29	日				
30	月		●タンダリーチキン 大豆サラダ みそ汁	鶏肉、ヨーグルト、カレー粉 大豆、胡瓜、人参、キャベツ、ちりめんじゃこ 玉ねぎ、しめじ、青ねぎ	●ホットドック ●牛乳

今月の乳児一人当たりの栄養素

	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	480	17.7	13.5	193	1.9	185	0.23	0.24	19	—	1.3
平均	477	16.1	14.6	194	1.9	194	0.26	0.28	14	—	1.1