



# 9月予定および献立表



令和6年8月20日

けいあいりんビニ五月が丘

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1	日					
2	月		クラッカー	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	★●ミルクパン ●牛乳
3	火		せんべい	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	●とうふドーナツ ●牛乳
4	水		満月ポン	鶏肉の甘辛揚げ ポン酢和え みそ汁	鶏肉、ごま 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	●お麩ラスク ●牛乳
5	木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	わかめご飯/★●豆腐の松風焼 じゃこサラダ みそ汁	鶏肉、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	●マシュマロおこし ●牛乳
6	金		ビスケット	★●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、バター キャベツ、コーン、人参、胡瓜、レーズン バナナ	ひじきおにぎり ●牛乳
7	土		ビスコ	炒飯 蒸し鶏と南瓜のサラダ わかめスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、 ささみ、南瓜、ブロッコリー、人参、ごま わかめ、大根、ごま	たい焼き・●チーズ ●牛乳
8	日					
9	月		クラッカー	さつまいもご飯/ 鯖香味焼き ★マカロニサラダ みそ汁	さつまいも / 鯖、大葉 マカロニ、ツナ、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ 大根、もやし、青ねぎ	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
10	火		せんべい	★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	★●スイートブール ●牛乳
11	水		満月ポン	★●冷やし中華 平天と野菜の煮物 フルーツ	中華麺、焼き豚、胡瓜、トマト、錦糸卵 平天、じゃが芋、大根、人参、いんげん バナナ	夕焼けおにぎり ●牛乳
12	木		アスパラガス ビスケット	ビビンバ ★かみかみサラダ 中華スープ	合挽肉、人参、もやし、ほうれん草 ハム、ごぼう、人参、きゅうり、マヨネーズ 豆腐、わかめ、青ねぎ	★●プリン ●ビスケット ●牛乳
13	金		ビスケット	焼肉 ハンサンスー コーンスープ	牛肉、もやし、玉ねぎ、人参、ピーマン カニカマ、もやし、人参、胡瓜 クリームコーン、玉ねぎ、青ねぎ	●だしジャポポテト ●牛乳
14	土		ビスコ	焼きそば おひたし みそ汁	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、竹輪、玉ねぎ、人参、ソース 白菜、小松菜、人参、ちくわ 麩、わかめ、青ねぎ	ゼリー せんべい ●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と、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ◆ハムには卵・乳が使用されています。

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
15	日					
16	月	敬老の日				
17	火	お月見団子作り	せんべい	鱈のおろし煮 切干大根のごま和え みそ汁	鱈、大根 切干大根、ほうれん草、人参、じゃこ、ごま 豆腐、玉ねぎ、青ねぎ	★●スイートポテト ●牛乳
18	水	避難訓練	満月ポン	★●ごぼうハンバーグ ★●ハムサラダ みそ汁	合挽肉、ごぼう、玉ねぎ、牛乳、卵、パン粉、味噌 ハム、キャベツ、胡瓜、コーン 大根、油揚げ、蒼ねぎ	●フルーツヨーグルト ★●パウムクーヘン
19	木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	●クリームスパゲティ ひじきとじゃこのサラダ フルーツ	スパゲッティ、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、牛乳、バター キャベツ、胡瓜、人参、ひじき、じゃこ パイン缶	おにぎり(こんぶ) ●牛乳
20	金		ビスケット	ゆかりご飯/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	●ジャムサンド ●牛乳
21	土		ビスコ	●カレーピラフ ウインナーと小松菜ソテー 豆乳スープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、バター、カレー粉 ウインナー、小松菜 玉ねぎ、人参、しめじ、ウインナー、豆乳	●シリアルクッキー ●牛乳
22	日	秋分の日				
23	月	振替休日				
24	火		せんべい	●肉団子甘酢あんかけ/付野菜 ナムル みそ汁	肉団子、ケチャップ / ブロッコリー もやし、人参、ほうれん草 さつまいも、油揚げ、わかめ	★●スナックパン ●牛乳
25	水		満月ポン	豚肉のしぐれ煮 ごま和え 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 じゃが芋、油揚げ、青ねぎ	★●カステラ ●牛乳
26	木		アスパラガス ビスケット	栗ご飯 / 鮭の西京焼き 酢の物 ★かきたま汁	栗 / 鮭、みそ 切干大根、胡瓜、人参、カニカマ 卵、豆腐、三つ葉	★●ホットケーキ (チーズ) ●牛乳
27	金	誕生会	ビスケット	キーマカレー パインサラダ ●ヨーグルト	合挽肉、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	★●バースディケーキ ●牛乳
28	土		ビスコ	ガパオライス さつまいもサラダ コンソメスープ	豚肉、玉葱、ピーマン さつまいも、ブロッコリー、人参、ウインナー、マヨドレ 玉ねぎ、えのき	●ホイップあんパン ●牛乳
29	日					
30	月		クラッカー	●タンドリーチキン 大豆サラダ みそ汁	鶏肉、ヨーグルト、カレー粉 大豆、じゃが芋、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ 玉ねぎ、しめじ、青ねぎ	コロッケ ●牛乳

## 今月の一人当たりの栄養素量

	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	481	18	13.4	200	2	180	0.25	0.3	18	0	1.5
平均	487	16.9	14.3	229	2.1	172	0.31	0.36	16	3.5	1.4