



9月予定および献立表



令和6年8月20日

千里の丘けいあい保育園

●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	お習字 (きりん)	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	体育遊び (幼児) 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	E~たいむ (幼児)	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 パナナ	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	スイミング (きりん)	クラッカー	さつま芋ご飯/ 鯖香味焼き ★マカロニサラダ みそ汁	さつま芋 / 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	お習字(自由参観) (きりん)	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 パナナ	夕焼けおにぎり ●牛乳
12	木	体育遊び (幼児)	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	E~たいむ (幼児)	ビスケット	焼肉 パンサンスー 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	●だしジャカポテト ●牛乳
14	土	家庭の日 幼児 お弁当	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		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		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	体育遊び (幼児) 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	避難訓練	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	お習字 (きりん)	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 さつま芋、油揚げ、わかめ	★●スナックパン ●牛乳
25	水	Jリーグアカデミー (いぬ・きりん)	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	体育遊び (幼児)	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 E~たいむ (幼児)	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 ヨーグルト	★●バースディケーキ ●牛乳
28	土	家庭の日 幼児 お弁当	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 さつま芋、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(3歳児以上)

	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	574	21.5	15.9	260	2.5	180	0.3	0.32	20	3.6	1.6
平均	590	20.7	17.2	282	2.7	211	0.39	0.46	21	4.3	1.8