



9月の給食献立表



平成29年8月30日
北平田保育園



日	曜日	行事	こんだて名	材料とその動き			0・1・2歳児 午前おやつ	午後おやつ	エネルギー (以上児)
				熟と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)			
○ 1	金	にこにこ広場	チャーハン・大根サラダ 鶏肉とキャベツのマヨ炒め 中華スープ・バナナ	ごはん 油・マヨネーズ 片栗粉	鶏もも肉・味噌 豆腐・卵・エビ ツナ	葱・キャベツ・人参・大根 きゅうり・コーン・孟宗・椎茸 バナナ	プリン	パナップ	
2	土		豚汁 ふりかけ 牛乳・バナナ	じゃが芋	豚もも肉・厚揚げ 味噌・煮干・牛乳	人参・ごぼう しめじ・つきこん 葱・バナナ		お菓子 ジュース	E365 F13.2 P19.0食塩1.8
4	月		筑前煮・みそ汁 きゅうりなます のり佃煮・梨	油・砂糖	鶏もも肉・のり 薄揚げ・味噌 煮干	大根・こんにゃく・人参・いんげん ごぼう・きゅうり・孟宗・椎茸 みかん缶・チンゲン菜・バナナ	ぶどうジュース	さっぽろポテト ☆ぶどうジュース	E330 F10.0 P16.2食塩2.5
5	火		回鍋肉・春雨スープ ゴーヤのきらきら 巨峰(未満児:バナナ)	油・砂糖 春雨	味噌・ツナ・寒天 わかめ・かつお節	キャベツ・人参・ピーマン 椎茸・ゴーヤ・きゅうり・コーン 葱・巨峰(未満児:バナナ)	ステイック野菜	★大学芋 牛乳	E323 F15.6 P16.8食塩1.4
6	水		スコッチャッギング・満月スープ ミックスキヤベツ みかんゼリー	パン粉・薄力粉 油・さつま芋 焼麩・ゼリー	豚ひき肉・牛乳・卵 わかめ・さば節 昆布	玉葱・キャベツ・人参	梨	★お月見だんご 麦茶	E528 F23.9 P21.1食塩1.6
7	木		鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃの甘煮 すまし汁・梨	砂糖	鮭・味噌・卵豆腐 昆布・さば節 かつお節	キャベツ・玉葱・人参・もやし 南瓜・みつば・椎茸・梨	ビスコ 麦茶	★フレンチトースト 牛乳	E253 F3.9 P14.2食塩1.7
8	金	避難訓練	野菜たっぷり八宝菜 ベビーチーズ・みそ汁 ミックスフルーツ	油・片栗粉 砂糖・じゃが芋	豚もも肉・エビ うずら卵・チーズ 味噌・煮干	人参・キャベツ・孟宗・椎茸 生姜・バナナ・みかん缶 パイン缶	バナナ	味噌パン 牛乳	E401 F17.5 P20.2食2.3
9	土		ポークカレー 牛乳 バナナ	じゃが芋 バター	豚もも肉 牛乳	人参・玉葱・バナナ		お菓子 牛乳	E411 F16.3 P15.0食塩1.6
11	月		ポークビーンズ・みそ汁 フレンチサラダ デラウェア(未満児:ゼリー)	じゃが芋・油 (未満児:ゼリー)	豚もも肉・大豆 ベーコン わかめ・豆腐	玉葱・ピーマン・人参・セロリ トマト・キャベツ・きゅうり コーン・葱・デラウェア	みかんジュース	まがりせんべい ☆みかんジュース	E354 F13.9 P14.1食塩0.8
12	火		サーモン焼き ビーフン炒め みそ汁・りんご	ビーフン 油・ごま油	鮭・豚もも肉 厚揚げ・味噌 煮干	玉葱・人参・椎茸・ピーマン 小松菜・りんご	梨	★アメリカンドック 牛乳	E340 F8.1 P19.3食塩2.6
13	水		鶏のバーベキューソース ポテトサラダ・わかめスープ 巨峰(未満児:バナナ)	片栗粉・じゃが芋 マヨネーズ・砂糖 炒りごま・油	鶏もも肉・わかめ	りんご・葱・きゅうり・人参 みかん缶・玉葱 巨峰(未満児:バナナ)	みかんヨーグルト	★麦飯おにぎり 麦茶	E349 F17.1 P13.4食塩1.3
14	木		手作りさつま揚げ ごま酢和え みそ汁・梨	片栗粉・油 砂糖・すりごま 焼麩	白身魚すり身 卵・豆腐・煮干 味噌	ごぼう・人参・玉葱・枝豆 小松菜・もやし・しめじ 梨	星たべよ	★かぼちゃクッキー 牛乳	E317 F11.5 P19.4食塩1.8
15	金	運動会準備	さばの味噌焼き しょうゆフレンチ うどん汁・バナナ	油・うどん	さば・ちくわ 厚揚げ・煮干 味噌	キャベツ・きゅうり・トマト ほうれん草・葱・椎茸	りんご 麦茶	バームクーヘン 牛乳	E435 F17.9 P22.3食塩3.7
16	土	大運動会	お菓子袋						
19	火	サッカー	さつま芋コロッケ・トマト ミックスキャベツ・ふりかけ みそ汁・ゼリー	さつま芋・油 薄力粉・パン粉 炒りごま・ゼリー	チーズ・鶏もも肉 わかめ・豆腐 味噌・煮干	玉葱・キャベツ・きゅうり トマト	りんごジュース	ぱりんこ ☆りんごジュース	E465 F16.0 P15.7食塩2.2
20	水	納付書	里芋とイカのみぞ煮 チーズ納豆 かきたま汁・りんご	里芋・油・砂糖 片栗粉	イカ・かつお節・昆布 味噌・納豆・チーズ 卵・煮干	大根・人参・こんにゃく・きぬさや えのき・ほうれん草・りんご	バナナ	★野菜チップ 牛乳	E388 F8.0 P18.9食塩2.2
21	木	内科検診	骨付きさんまの塩焼き (未満児:アジの塩焼き) お浸し・みそ汁・梨	油	さんま (未満児:アジ) 豆腐・味噌・煮干	もやし・ほうれん草・人参 小松菜・梨	ステイック野菜	★スイートポテト 牛乳	E250 F9.2 P13.8食塩1.7
22	金		野菜ハンバーグ スペゲティサラダ みそ汁・バナナ	パン粉・油 スペゲティ・焼麩 マヨネーズ	豚ひき肉・牛乳・卵 チーズ・もぐく・豆腐 味噌・煮干	パプリカ・モロヘイヤ・きゅうり コーン・トマト・バナナ	粉ふきいも 麦茶	ビスコ 牛乳	E486 F26.8 P18.8食塩2.3
25	月	バス代振替日 個別懇談会	麻婆豆腐 チンゲン菜の和え物 春雨スープ・梨	ごま油・砂糖 片栗粉・春雨	豆腐・ひき肉・エビ わかめ・豆腐 味噌・しらす干し 昆布・ハム	葱・人参・椎茸・生姜・にんにく チンゲン菜・もやし・梨	スプロン	ベジたべる ☆スプロン	E420 F19.8 P19.7食塩2.5
○ 26	火	誕生会	みそラーメン プリンアラモード	中華麺 プリン・ホイップ	豚ひき肉・味噌	コーン・人参・キャベツ・もやし メンマ・葱・みかん缶	バナナ	★ケーキ 麦茶	
27	水	スイミング	ハッシュドポーク・ふりかけ ドレッシングサラダ 野菜ジュース・りんご	バター・油 砂糖	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム キャベツ・きゅうり・みかん缶 りんご	マンナビスケット 麦茶	★蒸し芋 牛乳	E424 F18.8 P18.0食塩2.0
● 28	木		鱈のつみれ汁・味付けのり 野菜たっぷりきんぴら バナナ	片栗粉・砂糖 炒りごま・ごま油	庄内浜の鱈のすり身 豆腐・煮干・味噌 さつま揚げ・のり	大根・人参・しめじ・葱・ごぼう バナナ	りんごヨーグルト	★ピザトースト 牛乳	
29	金	サッカー	さつま芋の天ぷら 炒り煮・みそ汁 巨峰(未満児:ゼリー)	さつま芋・油 薄力粉・焼麩 (未満児:ゼリー)	豆腐・鶏ひき肉 ひじき・味噌・煮干	人参・玉葱・えのき・ほうれん草 巨峰	梨	源氏パイ 牛乳	E361 F12.6 P13.5食塩1.7
30	土		コーンシチュー ふりかけ・野菜ジュース バナナ	じゃが芋 バター	鶏もも肉・牛乳	玉葱・人参・コーン・バナナ 野菜ジュース		お菓子 牛乳	E334 F10.7 P12.8食塩2.1