



9月の給食献立表



平成30年8月31日
北平田保育園

日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児 午前おやつ	午後おやつ	エネルギー (以上児)
				熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)			
1	土		肉汁・ふりかけ 牛乳 バナナ	じゃが芋	豚肩肉・厚揚げ 味噌・煮干し 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	E386 F16.3 P17.3食塩1.8
3	月	茶道教室	筑前煮・のり佃煮 きゅうりなます・みそ汁 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・梨	ゼリー	さっぽろポテト ☆ぶどうジュース	E331 F13.4 P23.3食塩2.1
4	火		手作りさつま揚げ ごま酢和え みそ汁・バナナ	片栗粉・油 砂糖・すりごま 焼麩	エビ・卵・豆腐 味噌・煮干し 白身魚すり身	玉葱・人参・小松菜・もやし しめじ・バナナ	梨	★野菜クラッカー 牛乳	E299 F9.6 P15.6食塩2.0
5	水		サクサクチキンフライ ポテトサラダ みそ汁・梨	片栗粉・油 じゃが芋 マヨネーズ	鶏ささみ肉・牛乳 薄揚げ 味噌・煮干し	きゅうり・みかん缶・人参 コーン・キャベツ・梨	バナナ	★芋ようかん 牛乳	E485 F29.2 P17.1食塩1.4
6	木		骨付きさんま:未満児あじ なすごんげ みそ汁・りんご	砂糖・油	さんま:未満児あじ 豆腐・味噌・煮干し 味噌	なす・しそ・椎茸・ほうれん草 りんご	ビスコ	★クロワッサン 牛乳	E361 F12.8 P17.5食塩2.3
7	金	避難訓練	豚肉の生姜焼き ハムサラダ・みそ汁 バナナ	砂糖・油・焼麩	豚肩肉・ハム	玉葱・ピーマン・キャベツ きゅうり・えのき・小松菜 バナナ	みかんジュース	ヨーグルト	E389 F18.7 P14.2食塩1.7
8	土		ハッシュドポーク 牛乳 バナナ	じゃが芋	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム バナナ		お菓子 牛乳	E450 F18.6 P16.1食塩1.9
10	月		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 ごま油	豆腐・豚ひき肉 エビ・ハム しらす	葱・人参・椎茸・にんにく・生姜 チンゲン菜・もやし 梨	バナナ	まがりせんべい ☆みかんジュース	E334 F14.8 P18.5食塩2.3
11	火		里芋とイカのみそ煮 彩り納豆 すまし汁・バナナ	里芋・油 砂糖	イカ・味噌・卵 納豆・チーズ 豆腐・昆布	大根・人参・こんにゃく・きぬさや 生姜・えのき・ほうれん草 バナナ	星たべよ 麦茶	★シugガートースト 牛乳	E397 F14.1 P20.1食塩2.6
12	水		鶏のバーベキューソース 南瓜サラダ・オクラスープ ぶどう:未満児梨	片栗粉・砂糖 油・マヨネーズ	鶏もも肉・チーズ わかめ	りんご・葱・南瓜・きゅうり トマト・玉葱・オクラ 巨峰:未満児梨	りんご	★フルーツポンチ	E293 F11.2 P11.4食塩1.6
13	木		鮭のちゃんちゃん焼き なすとゴーヤのごま炒め すまし汁・りんご	砂糖・ごま油	鮭・味噌・玉子豆腐 昆布	キャベツ・玉葱・人参・もやし なす・ゴーヤ・にんにく・生姜 椎茸・三つ葉・りんご	ステイック野菜	★麦飯おにぎり 麦茶	E309 F12.8 P17.6食塩1.8
14	金	運動会準備	さつま芋チーズコロッケ ミックスキャベツ・ふりかけ トマト・みそ汁・バナナ	さつま芋 油・薄力粉 炒りごま	チーズ・鶏ひき肉 わかめ・豆腐 味噌・煮干し	玉ねぎ・キャベツ・きゅうり トマト・バナナ	梨	プリン	E465 F16.0 P15.7食塩2.2
15	土	大運動会	お菓子袋						
18	火	内科検診	肉じゃが(汁多め) ごま和え・味付けのり 巨峰:未満児梨	じゃが芋・油 砂糖・すりごま	豚もも肉・昆布 味付けのり	玉葱・つきこん・人参・しめじ ほうれん草・もやし・菊 巨峰:未満児梨	りんごジュース	ぽたぽた焼き 牛乳	E346 F14.4 P14.0食塩2.3
○ 19	水	にこにこ広場	サンドイッチ ミネストローネ ポテトサラダ・バナナ	パン・じゃが芋 マヨネーズ	ハム・チーズ ベーコン・卵	きゅうり・人参・ブロッコリー キャベツ・玉葱・トマト・にんにく バナナ	ゼリー	★アメリカンドッグ 牛乳	
20	木	サッカー納付書 集金(スイミング代)	さばの味噌焼き しょうゆフレンチ うどん汁・梨	うどん	さば・味噌・ちくわ 厚揚げ	キャベツ・きゅうり・ほうれん草 葱・椎茸・梨	バナナ	★お月見だんご 未満児:南瓜茶巾 牛乳	E406 F13.1 P18.6食塩3.3
21	金		スコッチャッギング マカロニサラダ 満月スープ・バナナ	油・パン粉・薄力粉 マカロニ・さつま芋 マヨネーズ・焼麩	豚ひき肉・卵・牛乳 わかめ・さば節・昆布	玉葱・キャベツ・人参・コーン	ステイック野菜	バームクーヘン 牛乳	E250 F9.2 P13.8食塩1.7
22	土		クリームシチュー ふりかけ・野菜ジュース バナナ	じゃが芋	鶏もも肉・牛乳	玉葱・人参・しめじ・バナナ 野菜ジュース		お菓子 牛乳	E336 F10.0 P12.7食塩1.9
25	火	バス代振替日 個別懇談会	ポークピーンズ フレンチサラダ・わかめスープ りんご	じゃが芋・油 砂糖	豚もも肉・ベーコン わかめ・豆腐 大豆	玉ねぎ・ピーマン・人参 セロリー・トマト・キャベツ・きゅうり コーン・葱・りんご	スプロン	ベジたべる ☆スプロン	E391 F7.5 P15.1食塩1.3
○ 26	水	スイミング	ほっけのカレー竜田揚げ 炒り豆腐・みそ汁 ぶどう:未満児梨	砂糖・焼麩	ほっけ・豆腐 芽ひじき・味噌 煮干し	椎茸・人参・玉葱・小松菜 巨峰:未満児梨	バナナ	★スイートポテト 牛乳	E383 F12.7 P13.7食塩1.7
○ 27	木	誕生会	みそラーメン プリンアラモード	中華麺 プリン	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	みかんジュース	★ケーキ 麦茶	E424 F18.8 P18.0食塩2.0
28	金	サッカー	野菜バーグ・フライドポテト 切り干し大根サラダ コーンスープ・バナナ	パン粉・じゃが芋 油・マヨネーズ	豚ひき肉・卵・ツナ チーズ・牛乳	玉葱・パプリカ・モロヘイヤ 切り干し大根・きゅうり・人参 コーン・バセリ・バナナ	梨	源氏パイ ☆みかんジュース	E250 F9.2 P13.8食塩1.7
29	土		豚肉のケチャップ煮 中華スープ バナナ	じゃが芋 油・砂糖	豚もも肉・豆腐	玉葱・ピーマン・人参・しめじ バナナ		お菓子 牛乳	E3831 F16.5 P14.5食塩1.1

○お弁当のいらない日

○庄内浜魚デーの日

※発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。ご了承ください。

※21日は、お月見献立です。

★手作りおやつの日

☆未満児牛乳



今月のメニューを考えてくれたのは、たすくくん、おうかさん、みずきくん、しぶやひかりさん、えまさんです。