



9月の給食献立表



令和元年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) | | | |
| 2 | 月 | | 冷しやぶ トマト・春雨スープ ぶどう・未満児:梨 | 砂糖 春雨 | 豚ロース肉 味噌 | きゅうり・もやし・人参 コーン・トマト・オクラ デラウエア・未満児:梨 | バナナ | プリン | E330 F15.2 P14.2 食塩1.4 |
| 3 | 火 | 茶道教室 (4・5歳児) | 野菜ハンバーグ 切り干し大根サラダ みそ汁・バナナ | パン粉・油 マヨネーズ | 豚ひき肉・もずく・卵 チーズ・牛乳・ツナ 豆腐・味噌・煮干し | 玉葱・パプリカ・モロヘイヤ 切り干し大根・きゅうり・人参 バナナ | 梨 | ★フルーツポンチ | E437 F24.2 P24.9 食塩2.1 |
| 4 | 水 | | 白身魚の梅焼き なすごんげ すまし汁・梨 | 砂糖・じやが芋 油 焼麸 | カレイ・味噌 豆腐 | なす・しそ・えのき 梨 | ビスコ | ★ココア蒸しパン 牛乳 | E321 F9.5 P16.6 食塩2.3 |
| 5 | 木 | | さつま芋チーズコロッケ ごま和え・トマト・ふりかけ みそ汁・バナナ | さつま芋・薄力粉 油・砂糖 すりごま | 鶏ももひき肉 チーズ・ちくわ・煮干し わかめ・豆腐・味噌 | 玉葱・きゅうり・人参・トマト バナナ | バナナ | ★シュガートースト 牛乳 | E508 F18.7 P17.6 食塩2.5 |
| 6 | 金 | | チキンカレー 三色サラダ・牛乳 ゼリー | 油 砂糖 じやが芋 | 鶏もも肉 牛乳 | 人参・玉葱・しめじ・トマト きゅうり・コーン | りんごジュース | うずまきソフト | E320 F9.1 P15.2 食塩1.9 |
| 7 | 土 | | 肉汁・ふりかけ 牛乳 バナナ | じやが芋 | 豚かた肉 牛乳・味噌・煮干し | 人参・つきこん・しめじ ごぼう・バナナ | | お菓子 ジュース | E361 F13.7 P19.0 食塩1.7 |
| 9 | 月 | | ポークビーンズ フレンチサラダ わかめスープ・梨 | じゃが芋 油・砂糖 | 豚もも肉・ベーコン 大豆・わかめ | 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・もやし・梨 | マンナビスケット | ヨーグルト | E297 F10.9 P11.4 食塩2.1 |
| 10 | 火 | | 豚肉の中華ソテー ポテトサラダ・みそ汁 ぶどう・未満児:オレンジ | 砂糖・油 マヨネーズ じゃが芋 | 豚かた肉 薄揚げ 味噌・煮干し | 玉葱・しめじ・ピーマン・きゅうり 人参・コーン・キャベツ 巨峰・未満児:オレンジ | バナナ | ★かぼちゃ団子 未満児:かぼちゃ茶巾 牛乳 | E389 F16.2 P14.4 食塩1.5 |
| 11 | 水 | | 手作りさつま揚げ ごま和え みそ汁・バナナ | 片栗粉・油 砂糖・すりごま | 鱈すり身 煮干し・味噌 卵 | ごぼう・人参・玉葱 小松菜・もやし・しめじ なす・バナナ | 梨 | ★麦飯おにぎり 麦茶 | E227 F8.1 P12.7 食塩1.3 |
| 12 | 木 | 八幡小 就学時健診 | 鯖の味噌焼き しょうゆフレンチ うどん汁・りんご | 油・うどん | 鯖・味噌・ちくわ 厚揚げ・煮干し 味噌 | 生姜・キャベツ・きゅうり ほうれん草・人参・葱 椎茸・りんご | ステイック野菜 | ★パンケーキ 牛乳 | E470 F20.1 P20.8 食塩3.7 |
| 13 | 金 | 大会準備 | 五目卵焼き 三色和え・チーズ納豆 みそ汁・ゼリー | 砂糖・油 | 卵・鶏むね肉 納豆・チーズ・厚揚げ 味噌・煮干し | 人参・椎茸・葱・もやし・キャベツ パプリカ・だいこん | みかんジュース | おっとと ☆みかんジュース | E529 F23.9 P21.2 食塩1.7 |
| 14 | 土 | 大運動会 | お菓子袋 | | | | | | |
| 17 | 火 | | 鶏肉のバーベキューソース かぼちゃサラダ・オクラスープ ぶどう・未満児:梨 | 片栗粉・油 砂糖・マヨネーズ | 鶏もも肉・チーズ 豆腐 | りんご・葱・南瓜・きゅうり トマト・オクラ 巨峰・未満児:梨 | りんご | バームクーヘン 牛乳 | E385 F16.5 P17.7 食塩1.8 |
| 18 | 水 | 内科検診 | 骨付き秋刀魚・未満児:鮭 ビーフン炒め みそ汁・梨 | ビーフン 焼麸・ごま油 | 秋刀魚・未満児:鮭 味噌・煮干し 豚もも肉 | 玉葱・人参・椎茸・ピーマン なす・梨 | 星たべよ | おはぎ 牛乳 | |
| 19 | 木 | にこにこ広場 | パン・照り焼きチキン・トマト コーラスロー・ジャーマンポテト ミルクスープ・バナナ | パン・じやが芋 油・砂糖 | 鶏もも肉・ベーコン 牛乳 | キャベツ・人参・トマト・玉葱 ほうれん草・しめじ バナナ | ぶどうジュース | ★スイートポテト 牛乳 | |
| 20 | 金 | 若浜小 就学時健診 納付書 | さつま芋の天ぷら 炒り豆腐 みそ汁・梨 | さつま芋・薄力粉 油・砂糖 | 豆腐・鶏ももひき肉 ひじき・味噌・煮干し | 人参・椎茸・いんげん・玉葱 小松菜・もやし・梨 | ステイック野菜 | サッポロポテト ☆スプロン | E379 F11.5 P15.2 食塩1.8 |
| 21 | 土 | | ハッシュドポーク 牛乳 バナナ | じやが芋 油 | 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 | E320 F9.1 P15.2 食塩1.9 |
| 24 | 火 | 個別懇談会 | 豚肉のケチャップ煮 ごまきゅうり 牛乳・バナナ | 油・砂糖 炒りごま | 豚もも肉 牛乳 | 玉葱・ピーマン・人参 しめじ・キャベツ・きゅうり バナナ | スプロン | みかんヨーグルト | E333 F12.9 P15.2 食塩1.3 |
| 25 | 水 | バス代振替日 | 里芋と鶏肉のみそ煮 オクラ納豆 かきたま汁・りんご | 里芋・砂糖 | 鶏もも肉・味噌 納豆・しらす・卵 昆布・さば節 | 大根・人参・こんにゃく いんげん・生姜・オクラ ほうれん草・えのき・りんご | バナナ | ★チヂミ 牛乳 | E314 F9.7 P17.0 食塩2.4 |
| 26 | 木 | 誕生会 | 五目ラーメン プリンアラモード | 中華麺 | 豚もも肉 うずら卵 | ほうれん草・人参 葱・生姜・にんにく みかん | ヨーク | ★ケーキ 麦茶 | |
| 27 | 金 | スイミング↓ | 鮭バーグ 切り干し大根煮 すまし汁・りんご | マヨネーズ 砂糖 パン粉 | 鮭・卵・牛乳 昆布・さば節 | 玉葱・人参・いんげん・大根 ほうれん草・椎茸 りんご | さつま芋の甘煮 | ベジたべる ☆ぶどうジュース | |
| 28 | 土 | | クリームシチュー 野菜ジュース・ふりかけ バナナ | じゃが芋 油 | 鶏もも肉 牛乳 | 玉葱・人参・しめじ バナナ | | お菓子 牛乳 | E359 F13.1 P14.4 食塩1.5 |
| 30 | 月 | | 肉じゃが(汁多め) ごま和え・味付けのり りんご | じゃが芋 油・砂糖 | 豚もも肉・昆布 | つきこん・人参・玉葱 しめじ・ほうれん草・もやし 菊・りんご | バナナ | ぱりんこ 牛乳 | E394 F14.3 P16.2 食塩1.7 |

※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。

☆未満児牛乳 ★手作りおやつの日

○完全給食の日

○庄内浜魚デー

○お魚の日

今月のメニューを考えてくれたのは、
さきさん、ゆりのさん、はづきさん、かおるさん、みやとくんです。