

《 9 月 の 献 立 表 》

H30年度 すなはらほいくえん

		かりん・もも		幼児	
		昼食	おやつ	昼 食	おやつ
1	土	にんにく混ぜごはん じゃが芋と厚揚げ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし	にんにく混ぜごはん じゃが芋と厚揚げ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし
3	月	ごはん ミートローフ あっさりサラダ 味噌汁	牛乳 じゃこごはん★	ごはん ミートローフ あっさりサラダ 味噌汁	牛乳 じゃこおにぎり★
4	火	ごはん 鮭の竜田揚げ かぼちゃサラダ トマト 味噌汁	牛乳 あんぱん	ごはん さばの竜田揚げ かぼちゃサラダ トマト 味噌汁	牛乳 あんぱん
5	水	ごはん グリルチキン 小松菜の煮びたし 味噌汁	牛乳 みかんゼリー おせんべい	ごはん グリルチキン 小松菜の煮びたし 味噌汁	牛乳 みかんゼリー おせんべい
6	木	ごはん 鮭の塩麹漬け焼き ひじきサラダ 味噌汁	牛乳 梨 ビスケット	ごはん 鮭の塩麹漬け焼き ひじきサラダ 味噌汁	牛乳 梨 ビスケット
7	金	ごはん 麻婆豆腐 キャベツのごま和え すまし汁	牛乳 冷やしうどん★	ごはん 麻婆豆腐 キャベツといんげんのごま和え すまし汁	牛乳 冷やしうどん★
8	土	豚肉と切り昆布の混ぜごはん ジャーマンポテト 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし	豚肉と切り昆布の混ぜごはん ジャーマンポテト 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし
10	月	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き 梅ドレッシングサラダ 味噌汁	牛乳 おせんべい ビスケット	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き 梅ドレッシングサラダ 味噌汁	牛乳 おせんべい ビスケット
11	火	ごはん ムサカ 華風和え 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★	ごはん ムサカ 華風和え 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★
12	水	ごはん カレイのおろし煮 なすとピーマンのなべし ぎ 味噌汁	牛乳 梅ソースのスパゲティ★	新生姜ごはん カレイのおろし煮 なすとピーマンのなべしぎ 味噌汁	牛乳 梅ソースのスパゲティ★
13	木	ごはん 鶏肉のみそ焼き 春雨サラダ 味噌汁	牛乳 フライドポテト★	ごはん 豚肉のみそ焼き 春雨サラダ 味噌汁	牛乳 フライドポテト★
14	金	ごはん かじきの南蛮焼き キャベツマリネ 味噌汁	ヨーグルト ビスケット	ごはん かじきの南蛮焼き キャベツマリネ 味噌汁	ヨーグルト ビスケット
15	土	こぎつねごはん じゃが芋と豚バラの煮物 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし	こぎつねごはん じゃが芋と豚バラの煮物 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし
18	火	ごはん 冬瓜と鶏肉の煮物 ほうれん草のナムル 味噌汁	牛乳 チーズトースト★	ごはん 冬瓜と鶏肉の煮物 ほうれん草のナムル 味噌汁	牛乳 チーズトースト★
19	水	ごはん 鮭の西京焼き じゃが芋のサブジ トマト 味噌汁	牛乳 いらごはん★	ごはん 鮭の西京焼き じゃが芋のサブジ トマト 味噌汁	牛乳 いらおにぎり★
20	木	ごはん レンコン入りミートローフ じゃこサラダ 味噌汁	牛乳 梨 おせんべい	ごはん レンコンのはさみ焼き じゃこサラダ 味噌汁	牛乳 梨 おせんべい
21	金	さつまいもごはん 鮭の蒲焼き 秋野菜の煮びたし きのこ汁	牛乳 パンケーキ★	さつまいもごはん さんまの蒲焼き 秋野菜の煮びたし きのこ汁	牛乳 パンケーキ★
22	土	甘辛豚の混ぜごはん 大根のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし	甘辛豚の混ぜごはん 大根のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし
25	火	ごはん 鮭のパン粉焼き 切干大根の炒め煮 味噌汁	牛乳 ジャムサンド★	ごはん 鮭のパン粉焼き 切干大根のサラダ 味噌汁	牛乳 ジャムサンド★
26	水	ごはん なすと鶏肉の酸っぱ炒め ほうれん草のごま和え 味噌汁	牛乳 焼きビーフン★	ごはん なすと鶏肉の酸っぱ炒め ほうれん草のごま和え 味噌汁	牛乳 焼きビーフン★
27	木	ごはん カレイの野菜蒸し ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 おかかごはん★	ごはん カレイの野菜蒸し ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 味噌おにぎり★
28	金	ごはん 秋野菜のカレーライス(かりん→カレー風) キャベツのサラダ すまし汁	牛乳 梨 せんべい	ごはん 秋野菜のカレーライス キャベツのサラダ すまし汁	牛乳 梨 せんべい
29	土	豚肉と切り昆布の混ぜごはん 冬瓜のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし	豚肉と切り昆布の混ぜごはん 冬瓜のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし
エネルギー420kcal 脂質12.0g タンパク質16.7g 塩分1.9g				エネルギー528kcal 脂質15.3g タンパク質20.6g 塩分2.5g	

* 仕入れにより献立が変更する場合があります。 ★印は手作りおやつです

記載されている食材を食べて、アレルギー症状がでたことのある場合はお申し出ください。(喉の違和感も含む) 面談の上対応を検討させていただきます。