

9月の献立



H25. 9. 2

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児添加食	おやつ	延長補食	栄養成分(1人1日)		備考
						乳児	幼児	
2 30	月	納豆ごはん、かじきの照り焼き 菜果なます、かぼちゃの味噌汁、果物	はすの 天ぷら	牛乳 スパゲティーナポリタン	ふりかけにぎり	585, 20.3 18.0, 2.0	603, 22.0 16.8, 2.4	
3 17	火	ジャージャー麺 さつまいもの甘煮 ちくわとわかめのすまし汁、果物	りんごの コンポート	牛乳 おかめおにぎり	鮭にぎり	562, 19.8 14.5, 2.2	580, 21.0 14.1, 2.6	
4 18	水	さんまのかば焼き丼、おかめ和え 人参と玉ねぎの味噌汁、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 チーズ蒸しパン	塩こんぶにぎり	574, 18.8 18.6, 1.7	631, 20.5 20.3, 1.9	
5 19	木	ごはん、豚肉のアップルソース焼き ゆで野菜、きのこの味噌汁、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 白飯ごの味噌汁	ごま塩にぎり	551, 20.9 15.9, 2.0	559, 21.5 14.4, 1.8	
6 20	金	ごはん、マーボー豆腐 中華風コーンスープ、果物	マッシュ ポテト	牛乳 無添加菓子	ぶどうパン	548, 19.5 19.4, 1.2	594, 21.6 20.6, 1.3	
7 21	土	ソフトフランスパン、鮭のバター焼き ブロッコリーとコーンのソテー、野菜スープ、果物	人参の 甘煮	牛乳 塩こんぶおにぎり	—	538, 21.2 14.4, 2.2	558, 23.1 16.3, 2.4	
9	月	ごはん、魚のフライきのこソースかけ 酢の物、さつまいもと人参の味噌汁、果物	大根の 甘煮	牛乳 焼きそば	ゆかりにぎり	570, 20.3 14.4, 1.8	647, 23.0 16.1, 2.2	
10 24	火	ぶどうパン、ひき肉とマッシュポテトの重ね焼き えのきともやし野菜スープ、果物	茹で ブロッコリー	牛乳 ごまおにぎり	おかめおにぎり	549, 17.8 16.4, 1.9	592, 18.1 17.4, 1.8	
11 25	水	雑穀ごはん、ぶりの照り焼き すじょうゆ和え、大根と人参の味噌汁、果物	さつまいもの バター煮	牛乳 マカロニのきなこ和え	豚そぼろにぎり	541, 20.9 17.8, 1.6	551, 22.2 18.2, 1.8	
12 26	木	ごま塩ごはん、肉じゃが 豆腐となめこの味噌汁、ヨーグルト和え	魚の いそべ揚げ	牛乳 ラスク	梅干しにぎり	551, 20.9 15.8, 1.9	570, 20.4 14.1, 2.2	
13	金	ごはん、いりどり 玉ねぎの味噌汁、果物	煮豆	牛乳 のり巻き	ツナサンド	557, 17.7 11.9, 1.9	593, 19.3 13.2, 2.2	
14 28	土	キャベツとツナのスパゲティ、かぼちゃのバター煮 玉ねぎとベーコンのスープ、果物	スティック チーズ	牛乳 ふりかけおにぎり	—	546, 19.9 20.2, 1.5	559, 18.5 18.9, 1.3	
27	金	三色おはぎ、鮭の照り焼き スイートポテトサラダ、大根の味噌汁、果物	ウインナー ソテー	牛乳 のり巻き	ツナサンド	638, 24.0 15.7, 2.1	675, 26.1 13.3, 2.2	幼児 誕生会

延長補食には、上記のほか麦茶・果物が付きます。

果物は市場の都合上、梨、ぶどうなどのローテーションとなります。

4日(水) ぞう組遠足

ばんび組・うさぎ組・りす組は食事が出来ます。

ぞう組 家からのお弁当となります。 ひつじ組 料理保育をします。

20日(金) うさぎ組・りす組遠足

ばんび組・ひつじ組・ぞう組は食事が出来ます。

うさぎ組・りす組 家からのお弁当となります。 よろしくお願ひします。

