

# 9月の献立



H26. 9. 1

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	量		備考
						乳児	幼児	
1 29	月	ごはん、小松菜と油揚げの煮ひたし 鶏の照り焼き、玉ねぎの味噌汁、果物	かき揚げ	牛乳 焼きそば	ふりかけこぎり	548, 22.6 17.0, 1.5	573, 24.6 16.8, 1.7	
2, 16 30	火	ジャージャー麺 かぼちゃのバター煮、果物	煮魚 (白身魚)	牛乳 和風ツナおこぎり	ゆかりこぎり	507, 23.1 14.8, 1.4	534, 19.8 16.5, 1.6	
3 17	水	ごはん、銀だらの煮つけ きゃべつのごま和え、なすの味噌汁、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 黒糖蒸しシ	豚そぼろこぎり	554, 17.9 16.8, 1.8	583, 18.8 17.0, 1.6	
4 18	木	豚肉と野菜のあんかけ丼、煮豆 豆腐の味噌汁、果物	茹で ブロッコリー	牛乳 フライドポテト	ごま塩こぎり	555, 18.1 18.7, 2.1	630, 19.7 20.5, 2.1	
5 19	金	ごはん、かじきの味噌焼き 青菜の納豆和え、冬瓜のすまし汁、果物	人参の 甘煮	牛乳 無添加菓子	5日 茶めしこぎり 19日 ぶどうパン	538, 20.1 15.7, 2.0	588, 22.9 17.0, 2.2	
6 20	土	ソフトフランスパン、ポークケチャップ ブロッコリーとコーンのソテー、ポテトスープ、果物	スティック チーズ	牛乳 塩こんぶおこぎり	—	548, 24.2 16.1, 2.4	571, 24.7 14.5, 2.5	
8 22	月	ごはん、マーボー豆腐 中華風コーンスープ、果物	魚の いそべ揚げ	牛乳 白玉団子の胡麻味噌がけ	ふりかけこぎり	597, 22.4 20.1, 1.2	623, 22.3 20.1, 1.4	
9	火	ぶどうパン、鮭のケチャップソース焼き 付け合せ、野菜スープ、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 ドライカレー	梅干しこぎり	538, 22.5 15.2, 2.2	566, 24.6 15.9, 2.4	
10 24	水	ごはん、たらの香り揚げ 酢の物、かぼちゃの味噌汁、果物	りんごの コンポート	牛乳 ラスク	おかめこぎり	521, 17.9 15.6, 2.1	566, 20.4 16.1, 2.4	
11 25	木	ごはん、豚肉のアップルソース焼き 茹で野菜、人参と玉ねぎの味噌汁、果物	ジャーマン ポテト	牛乳 マカロニのきなこ和え	鮭こぎり	510, 19.9 14.8, 1.4	532, 21.6 13.7, 1.6	
12	金	カレーライス 大根とほたてのサラダ、わかめスープ、果物	煮魚 (銀だら)	牛乳 のり巻き	ジャムサンド	630, 21.8 16.9, 2.2	660, 21.7 15.1, 2.5	
13 27	土	チキンピラフ、さつまいもとりんごのバター煮 もやしのスープ、果物	大根の 甘煮	牛乳 あんぱん	—	555, 17.3 14.3, 2.1	615, 19.1 15.6, 2.8	
26	金	ごはん、野菜の肉巻き焼き おかめ和え、大根の味噌汁、果物	マッシュ ポテト	牛乳 のり巻き	ジャムサンド	531, 17.6 11.5, 1.6	568, 19.2 12.8, 1.9	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。
- ・今月の果物は、梨、ぶどうなどのローテーションでだします。
- ・きゃべつのごま和え、野菜の肉巻き焼きは新メニューです♪



19日(金) うさぎ組、りす組、ひつじ組 遠足の日

ばんび組は食事ができます。ぞう組は料理保育をします。

うさぎ組、りす組、ひつじ組は家からのお弁当となります。よろしくお願ひします。