

# 9月の献立

H28.9.1.

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	栄養エネルギー 蛋白質脂肪		備考
						乳児	幼児	
1 29	木	ごはん、冬瓜のすまし汁 鮭の味噌焼き、おかか和伝、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 あんぱん	塩こんぶにぎり	551, 214 119, 18	568, 228 125, 20	
2, 16 30	金	豚肉と野菜のあんかけ丼、大根の味噌汁 小松菜の中華風和伝物、果物	マッシュ ポテト	牛乳 無添加菓子	ジャムサンド	549, 173 168, 22	590, 191 192, 24	
3 17	土	バターロール、ポテトスープ、果物 ウインナーソテー、ブロッコリーとコーンのソテー	人参の 甘煮	牛乳 ごま塩にぎり	—	579, 188 182, 20	617, 206 206, 23	
5	月	ごはん、人参と玉ねぎの味噌汁 かじきの照り焼き、菜果なます、果物	はすの 天ぷら	牛乳 マカロニのきなこ和伝	ふりかけにぎり	548, 184 156, 16	560, 200 133, 19	
6 20	火	焼きそば、かぼちゃの甘煮 豆腐となめこの味噌汁、果物	鮭の バター焼き	牛乳 和風ソナおにぎり	おかかにぎり	562, 229 187, 16	577, 201 170, 19	
7 21	水	ごはん、大根と人参の味噌汁 煮魚(おひょう)、ひじきの和伝物、果物	さつま芋の 甘煮	牛乳 ジャムロールパン	豚そぼろにぎり	550, 208 124, 20	571, 232 129, 21	
8	木	ごま塩ごはん、肉じゃが きゃべつの味噌汁、果物	魚の いそべ揚げ	牛乳 スパゲティナポリタン	鮭にぎり	608, 234 187, 20	616, 226 168, 24	
9 23	金	ドライカレー、トマトの和伝物 玉ねぎとベーコンのスープ、果物	茹で ブロッコリー	牛乳 のり巻き	ぶどうパン	550, 187 151, 23	616, 201 172, 25	
10 24	土	チキンピラフ、さつま芋のバター煮 野菜スープ、果物	スティック チーズ	牛乳 クリームパン	—	571, 204 199, 22	601, 197 184, 24	
12 26	月	さんまの蒲焼き丼、酢の物 かぼちゃの味噌汁、果物	りんごの 甘煮	牛乳 チーズ入り煎パン	ふりかけにぎり	591, 189 188, 17	648, 210 205, 20	
13 27	火	ぶどうパン、えのきとむぎの野菜スープ ひき肉とマッシュポテトの重ね焼き、果物	煮魚 (おひょう)	牛乳 ごまおにぎり	茶めしにぎり	557, 208 153, 16	597, 185 167, 18	
14	水	まぐろのそぼろ丼、煮豆 玉ねぎの味噌汁、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 コーントースト	ごま塩にぎり	563, 221 154, 23	621, 244 157, 25	
28	水	おにぎりセット 豚汁、果物	魚の いそべ揚げ	牛乳 コーントースト	ごま塩にぎり	551, 209 161, 17	576, 205 146, 20	風の子広場 合同練習
15	木	コーン入りごはん、手まり麩のすまし汁 ミートボール、付け合せ、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 白玉団子の胡麻和伝汁	塩こんぶにぎり	557, 220 172, 17	614, 250 196, 19	4,5 歳児 お食事会

- ・延長補食には、上記のほか麦茶が付きます。
- ・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。
- ・ひよこ組、毎週金曜日のおやつは雑炊となります。
- ・20日(火)のおやつはおはぎとなります。
- ・16日(金) うさぎ組、りす組、ひつじ組 遠足の日  
ひよこ組、ばんび組は食事ができます。ぞう組はクッキングとなります。  
うさぎ組、りす組、ひつじ組は家からのお弁当となります。

