

9月の予定献立表

発行日:令和2年8月31日

	月	火	水	木	金	土
午前おやつ		1 牛乳・せんべい	2 牛乳・バナナ	3 牛乳・ビスコ	4 お茶・せんべい	5 牛乳・ボーロ
昼食		【非常食献立】 カレーライス みかん缶	ごはん ビーフン汁 さかなの塩焼き 小松菜の和え物 バナナ(以上児)	ロールパン かぼちゃのスープ スパニッシュオムレツ コールスローサラダ	ごはん とうふみそ汁 さかなのチーズ焼き ひじき入りポテトサラダ	中華あんかけ丼 きのこスープ フルーツカクテル
午後おやつ		さけおにぎり・みそ汁	牛乳・マフィン	スキムミルク わかめおにぎり・いりこ	牛乳 コンフレックスナック	牛乳・クッキー
午前おやつ	7 牛乳・せんべい	8 お茶・バナナ	9 牛乳・クラッカー	10 牛乳・ウエハース	11 お茶・せんべい	12 お茶・ビスコ
昼食	ごはん わかめみそ汁 豚肉のしょうが焼き さつま芋のいとこ煮	ひじきごはん だいこんみそ汁 さかなの竜田揚げ もやしとツナのごま和え バナナ(以上児)	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 ナムル 梨	ごはん かぼちゃみそ汁 鶏のマーマレード焼き 野菜サラダ	ごはん 五目汁 さかなのコーンマヨ焼き ナスとピーマン炒め物	ハヤシライス れんこんごまマヨサラダ バナナヨーグルト
午後おやつ	お茶・焼きうどん	スキムミルク みたらし団子	牛乳・五平もち	牛乳 なめらかチーズポテト	牛乳 じゃこトースト	お茶・ミニたい焼き
午前おやつ	14 お茶・せんべい	15 お茶・ビスケット	16 お茶・プルーン	17 牛乳・せんべい	18 牛乳・ウエハース	19 お茶・せんべい
昼食	ごはん はるさめスープ 八宝菜 梅ドレッシングサラダ オレンジ	ごはん わかめスープ さかなのムニエル 切り干し大根の煮物	ごはん さつま汁 揚げ豆腐 トマトの和え物	黒糖ロールパン やさいスープ さかなのカレーフライ ブロッコリーサラダ オレンジ	【食育の日】 ごはん レタすみそ汁 きのこ鮭のホイル焼き つぶつぶ	シチューライス マカロニサラダ 野菜ジュース
午後おやつ	牛乳・きな粉マカロニ	牛乳・ジャムサンド	牛乳・レーズンクッキー	スキムミルク・おはぎ	牛乳・ぼつぼ焼き	お茶・もみじ饅頭
午前のおやつ	21	22	23 牛乳・せんべい	24 お茶・クラッカー	25 お茶・ウエハース	26 お茶・せんべい
昼食	敬老の日	秋分の日	ごはん とうふみそ汁 さかなのステーキソサケ こふき芋 青菜のおかか和え	ロールパン 豆乳スープ 鶏肉のピカタ ごぼうのマヨネーズ和え	【お誕生会】 わかめおにぎり やさいスープ チーズハンバーグ ポテトサラダ	ビーンズライス ベーコンのスープ かぼちゃサラダ
午後おやつ			牛乳・大根もち	スキムミルク ゆかりおにぎり・こんぶ	スキムココア チーズとコンのホットケーキ	牛乳・せんべい
午前おやつ	28 お茶・せんべい	29 お茶・ビスコ	30 お茶・ウエハース			
昼食	ごはん すまし汁 とりのねぎみそ焼き ツナとじゃがいもの煮物 バナナ	ポークカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト	ごはん さつま汁 さかなの南蛮漬け キャベツのおかか和え			
午後おやつ	牛乳・蒸しパン	お茶・焼きそば	牛乳・ピザ風ポテト			

給食だより

・今月の食育の日は甲信越地方の献立です。長野県はレタス、しめじ・えのきの収穫量が1位。新潟県はまいたけの収穫量1位、しめじ・えのきの収穫量は2位です。レタスはみそ汁にきのこ類はホイル焼きで提供します。“つぶつぶ”とは長野県松代地区の郷土料理で、たくさんの野菜を指先ほどの大きさに切りそろえて煮た料理で、見た目がとてもつぶつぶとしています。ぼつぼ焼きは新潟県のお菓子で表面はカリカリ、中はモチモチの食感で下越地方のお祭りで販売されているそうです。お楽しみに。

9月1日は防災の日。

もしもに備え非常食を体験します。

献立平均給与栄養量

	以上児	未満児
エネルギー	563kcal	471 kcal
たんぱく質	24.5 g	19.7g
脂質	16.5 g	13.5 g

☆献立を変更する場合がございます。

