

# 9月の予定献立表

発行日：令和元年 8 月 30 日

	月	火	水	木	金	土
午前おやつ	2 牛乳・ビスケット	3 牛乳・ビスコ	4 牛乳・せんべい	5 牛乳・バナナ	6 お茶・せんべい	7 牛乳・ポーロ
昼食	ごはん わかめスープ さかなのムニエル マカロニサラダ	ロールパン かぼちゃスープ 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 豚肉のしょうが焼き さつま芋のいとこ煮	ひじきごはん だいこんのみそ汁 さかなの竜田揚げ 小松菜のごま和え バナナ(以上児)	ごはん 豚汁 レバーケチャップ炒め ポテトサラダ オレンジ	中華あんかけ丼 すまし汁 りんご
午後おやつ	牛乳・ジャムサンド	スキムミルク 鮭おにぎり・いりこ	お茶・焼きうどん	スキムミルク みたらし団子	フルーツヨーグルト ウエハース	牛乳・クッキー
午前おやつ	9 牛乳・ビスケット	10 牛乳・ビスコ	11 牛乳・バナナ	12 牛乳・クラッカー	13 お茶・ウエハース	14 牛乳・ポーロ
昼食	ごはん キャベツのスープ チキンナゲット きゅうりの酢の物	【非常食献立】 カレーライス フルーツ缶 えいようかん	ごはん ビーフ汁 さかなの塩焼き もやしの和え物 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 しめじみそ汁 肉じゃが キャベツの酢の物 オレンジ	ごはん 五目汁 さかなのコーンマヨ焼き 粉ふき芋 ピーマンのツナ和え
午後おやつ	牛乳・きな粉バナナ	牛乳・たまごサンド	牛乳・マフィン	牛乳・五平もち	牛乳 さつま芋蒸しパン	牛乳 野菜かりんとう
午前おやつ	16	17 ジュース・ビスコ	18 牛乳・せんべい	19 お茶・リッツ	20 お茶・ウエハース	21 お茶・せんべい
昼食	敬老の日	ハヤシライス ひじきと蓮根のサラダ フルーツヨーグルト	ごはん かぼちゃのみそ汁 鶏のマーナレード焼き コールスローサラダ	【食育の日】 ごはん けんちゃん汁 鮭の焼きつけ きりざい	ごはん わかめスープ 豚肉のみそ炒め もやしの中華和え りんご	ごはん とうふみそ汁 さかなの照り焼き きゅうりとコーンのサラダ バナナ
午後おやつ	牛乳・ジャムサンド	お茶・大根もち	牛乳・チーズポテト	牛乳・にらせんべい	牛乳・おはぎ	牛乳・スティックパン
午前のおやつ	23	24 牛乳・ビスコ	25 牛乳・ブルー	26 牛乳・クラッカー	27 牛乳・ウエハース	28 牛乳・せんべい
昼食	秋分の日	ごはん 八宝菜 はるさめスープ 梅ドレッシングサラダ オレンジ	黒糖ロール チキンと野菜のスープ さかなのカレーフライ ブロッコリーサラダ	ごはん わかめと卵のスープ ジャージャン豆腐 干し大根とハム和え物	【お誕生会】 ツナピラフ コーンスープ チキンカツ ブロッコリーサラダ	ごはん とうふのみそ汁 鮭のチーズ焼き ひじき入りポテトサラダ
午後おやつ		牛乳・きな粉マカロニ	お茶・かみかみ昆布 じゃこおにぎり	牛乳・りんごゼリー	スキムココア さつま芋ケーキ	牛乳・まんじゅう
午前おやつ	30 牛乳・ブルー					
昼食	ごはん さつま汁 擬製豆腐 トマトとわかめの和え物					
午後おやつ	牛乳・レーズンクッキー					

## 給食だより

・今月の食育の日は甲信越方の献立です。  
けんちゃん汁はけんちん汁と呼ばれる汁物。鮭の焼きつけは新潟県で古くから伝わる漁師伝統の保存料理です。きりざいの「きり」は切ること、「ざい」は野菜の“菜”を表し、やさいを細かく切って混ぜ合わせるという意味があり、野沢菜と納豆を混ぜ和せた魚沼地方の郷土料理だそうです。おやつのにらせんべいは江戸時代末期から食べられている長野県の郷土料理です。  
お楽しみに  
・20日は彼岸の入りです。おやつにはぎを提供します。春のお彼岸には牡丹の花に見立てたこしあんのぼたもち。秋のお彼岸には萩の花に見立てた粒あんのおはぎをお供えします。

## 献立平均給与栄養量

	以上児	未満児
エネルギー	555kcal	468 kcal
たんぱく質	22.1 g	17.9g
脂質	16.9 g	14.1 g

☆ 献立を変更する場合がございます。

