



9月給食予定表

<あか・き・みどりのたべものだいすき>

2019.9.1 子供の国保育園

日	曜	3才以上児食・未満児食		3歳未満児	きいろの食品	あかの食品	みどりの食品
		主食・主菜・副菜	3時・土曜間食	10時間食	力がでる食べ物	おおきくなる食べ物	からだの調子を整える食べ物
2	月	ご飯 鱈の南蛮漬け かぼちゃのそぼろ煮 豆腐のみそ汁	牛乳 レモンラスク	ヨーグルト	米、食パン	牛乳、あじ、豆腐、鶏肉	かぼちゃ、にんじん、ピーマン たまねぎ、ねぎ、いんげん、わかめ
3	火	ご飯 チンジャオロース バンサンスー もずくスープ	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 ふかし芋	米、小麦粉 はるさめ、ごま	牛乳、牛肉 豆腐、卵、ハム	きゅうり、ピーマン、たけのこ たまねぎ、もずく、にんじん、ねぎ
4	水	ご飯 チーズハンバーグ ポイル野菜 かぼちゃ豆乳スープ	牛乳 大学芋	牛乳 りんご	米、さつまいも パン粉、黒ごま	牛乳、豆乳 豚肉、鶏肉、牛肉 チーズ、卵	かぼちゃ、たまねぎ、ブロッコリー にんじん、ほうれんそう
5	木	中華おこわ 鶏しそ天ぷら なすのみそ汁 ゼリー	アイスクリーム	牛乳 バナナ	もち米、小麦粉	牛乳、鶏肉 豚肉、油揚げ	ミニトマト、たまねぎ、なす、にんじん ねぎ、グリーンピース、しそ、干しいたけ
6	金	ご飯 ツナのみそ焼き 千草和え すまし汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、片栗粉	牛乳、ツナ 豆腐、卵、ハム	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん なめこ、えのきたけ、ねぎ
7	土		牛乳 ビスケット				
9	月	夏野菜カレー ゼリー スパゲティサラダ	牛乳 チーズトースト	ヨーグルト	米、食パン スパゲティ	牛乳、豚肉、卵 チーズ、ハム	たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、キャベツ ピーマン、にんじん、なす、りんご にんにく、しょうが
10	火	ご飯 鶏のかりん揚げ 白和え すまし汁	ヨーグルト	牛乳 ふかし芋	米、しらたき 片栗粉、ごま	牛乳、ヨーグルト 鶏肉、豆腐	ほうれんそう、えのきたけ、たまねぎ にんじん、ねぎ、干しいたけ、しょうが
11	水	ご飯、煮魚 じゃがいものみそ汁 キャベツのゆかり和え	牛乳 芋けんび	牛乳 バナナ	米、さつまいも じゃがいも、ごま	牛乳、さば	たまねぎ、もやし、きゅうり、キャベツ ほうれんそう、にんじん、ねぎ、しょうが
12	木	ご飯 鶏の照り焼き 豆腐のすまし汁 ほうれんそうのおかか和え	牛乳 チーズ おかき	牛乳 りんご	米、片栗粉	牛乳、鶏肉 豆腐、かつお節	ほうれんそう、たまねぎ キャベツ、にんじん、ねぎ
13	金	ご飯 鮭の塩麹焼き 青菜ごま和え なすのみそ汁	牛乳 お月見団子	バナナヨーグルト	米、白玉粉、ごま	牛乳、さけ、油揚げ	こまつな、たまねぎ、もやし なす、にんじん、ねぎ
14	土		牛乳 ビスケット				
17	火	ご飯 マーボーナス なめこスープ じゃがいものきんぴら	牛乳 キャロットケーキ	ヨーグルト	米、じゃがいも 小麦粉、片栗粉	牛乳、豚肉 豆腐、ツナ、卵	なす、たまねぎ、にんじん、なめこ、にら ねぎ、ほうれんそう、にんにく、しょうが
18	水	ご飯 白身魚のりんごソースかけ かぼちゃサラダ 星の子スープ	牛乳 もちもち チーズパン	牛乳 バナナ	米 ホットケーキ粉 白玉粉、片栗粉	牛乳、あこうだい ツナ、チーズ	かぼちゃ、たまねぎ、りんご、きゅうり オクラ、えのきたけ、にんじん、しょうが
19	木	ご飯 焼きしゅうまい バンバンジー 中華スープ	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 りんご	米、小麦粉 ごま、片栗粉 コーンフレーク	牛乳、豚肉、鶏肉、卵	たまねぎ、きゅうり、もやし、えのきたけ キャベツ、チンゲンサイ、しいたけ グリーンピース、しょうが
20	金	ご飯 鶏の塩から揚げ 切干大根サラダ なすのみそ汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、片栗粉 ごま、小麦粉	牛乳、鶏肉 ツナ、油揚げ	たまねぎ、なす、きゅうり、にんじん 切り干しだいこん、ねぎ
21	土		牛乳 ビスケット				
24	火	ご飯 さんまのかば焼き すまし汁 胡瓜とさきいかの和え物	牛乳 じゃこトースト	ヨーグルト	米、食パン 片栗粉、ごま	牛乳、さんま、豆腐 さきいか、しらす	きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ
25	水	わかめご飯 筑前煮 にら玉汁	おはぎ	牛乳 バナナ	米、もち米 板こんにゃく 片栗粉	牛乳、鶏肉、卵	たまねぎ、れんこん、にんじん たけのこ、ごぼう、にら、いんげん
26	木	ご飯 鯖のさっぱり煮 ブロッコリー なめこ汁	牛乳 チーズ白玉団子	牛乳 りんご	米、白玉粉	牛乳、さば 豆腐、チーズ	ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ なめこ、ねぎ、にんにく、しょうが
27	金	カレー 納豆サラダ 福神漬	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、牛肉 納豆、ツナ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり ほうれんそう、グリーンピース、にんにく
28	土		牛乳 ビスケット				
30	月	カリコリご飯 親子汁 じゃがいも炒め煮	牛乳 ピザトースト	ヨーグルト	米、じゃがいも 食パン、ごま 片栗粉	牛乳、鶏肉、豚肉 チーズ、しらす、卵 ベーコン、かまぼこ	たまねぎ、にんじん、ピーマン ねぎ、いんげん

★食材の納品の関係により、献立、食材を変更することがありますのでご了承ください。