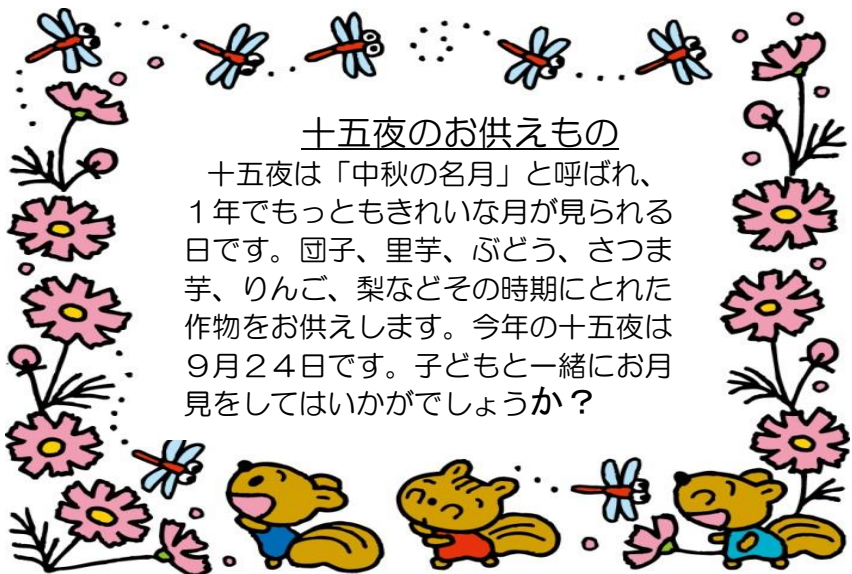


9月予定献立表 竹駒保育園

	月	火	水	木	金	土
						1
献立						挽肉そぼろ 炒り卵 青菜のお浸し 豆腐の味噌汁 オレンジ
未満児 主食						ごはん
おやつ						
	3	4	5	6	7	8
献立	生姜焼き アスパラのサラダ きゅうべつと油揚げの味噌汁 キウイフルーツ	ひじき卵 青菜のごま和え 白菜と人参の味噌汁 ぶどう	いが蒸し ソーメン風サラダ 若布スープ ミニトマト	五目大豆 きゃべつといんげんの 胡麻豆腐和え にらたま汁 グレープフルーツ	鯖の味噌煮 シーフードサラダ 五目うどん オレンジ	手作り弁当 
未満児 主食	ごはん	ごはん	しらすごはん	ごはん	ごはん	
おやつ	チーズパン 牛乳	フルーツゼリー 煎餅	ジュース 煎餅	小倉蒸しパン 牛乳	五平餅風 牛乳	
	10	11	12	13	14	15
献立	豆腐のドライカレー風 ブロッコリーのごま酢和え はんぺんスープ バナナ	野菜ロールカツ 春雨酢物 コンソメスープ ミニトマト	さんまの塩焼き 親子サラダ 味噌けんちん汁 オレンジ	鶏真薯 ピーナッツ和え 五目スープ キウイフルーツ	さつま芋と チーズの卵焼き 若布マヨネーズサラダ 大根汁 キウイフルーツ	焼きビーフン もやしのナムル 茄子の味噌汁 グレープフルーツ
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
おやつ	大学芋 牛乳	豆銀糖 牛乳	白玉黒蜜かけ 牛乳	りんごカスタード 煎餅	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	
	17	18	19	20	21	22
献立	敬老の日 	八宝菜 胡瓜と春雨の和え物 吉野汁 オレンジ	豆腐と南瓜の挽肉あんかけ なす炒め つくね汁 グレープフルーツ	総練習 おにぎり弁当 あります 	卵グラタン カレー風味サラダ きのごスープ ぶどう	運動会 ごほうび 
未満児 主食		ごはん	ひじきごはん		ごはん	
おやつ		スイートポテト 牛乳	アメリカンドッグ 牛乳	ヨーグルト 煎餅	ジョア 煎餅	
	24	25	26	27	28	29
献立	振替休日 	豚肉の柳川もどき ブロッコリーサラダ じゃが芋と青菜の味噌汁 オレンジ	鮭ボール りんごサラダ もやしの味噌汁 ミニトマト	お誕生会 おはぎ とりごま煮 利休和え 花麩の清汁 ぶどう おはぎ	かつお甘酢漬 大豆サラダ カレー汁 ミニトマト	変わり納豆 コロコロポテトの味噌炒め 豆腐の味噌汁 バナナ
未満児 主食		ごはん	ごはん		ごはん	納豆ごはん
おやつ		手作りクッキー 牛乳	ヨーグルトゼリー 煎餅	シュークリーム 牛乳	しょうゆ団子 牛乳	

十五夜のお供えもの

十五夜は「中秋の名月」と呼ばれ、1年でもっともきれいな月が見られる日です。団子、里芋、ぶどう、さつま芋、りんご、梨などその時期にとれた作物をお供えします。今年の十五夜は9月24日です。子どもと一緒にお月見をしてはいかがでしょうか？



以上児は家庭から持参するご飯栄養量は含まれていません。

栄養給与目標 (以上児)

- エネルギー・・・396kcal
- たんぱく質・・・17.1g
- 脂質・・・・・・14.7g

栄養給与目標 (未満児)

- エネルギー・・・501kcal
- たんぱく質・・・18.3g
- 脂質・・・・・・14.8g

