



給食予定献立表

広田保育園

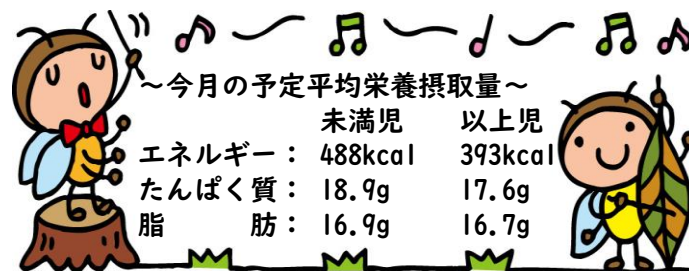
1 日 (月)		2 日 (火)		3 日 (水)		4 日 (木)		5 日 (金)		6 日 (土)	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	スパゲティーナポリタン	
副 食	中華のローストチキン チーズサラダ 五目スープ グレープフルーツ	麻婆茄子 カレー風味サラダ 若布コーンスープ キウイフルーツ	厚焼き卵 きゅうりもみ・煮豆 さつま汁 ぶどう	エビと豆腐のケチャップ炒め キャベツの信田煮 南瓜といんげんの味噌汁 オレンジ	焼きししゃも 青菜としめじのお浸し 豚汁 グレープフルーツ	牛乳 バナナ					
おやつ	ぶどうジュース・ビスケット	くるみゆべし・牛乳	レアチーズ・せんべい	プチパン・牛乳	フルーツサンド・牛乳						

8 日 (月)		9 日 (火)		1 0 日 (水)		1 1 日 (木)		1 2 日 (金)		1 3 日 (土)	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	手作り弁当の日 				
副 食	豚肉の野菜巻 春雨酢の物 大根汁 グレープフルーツ	コロッケ 切り干しサラダ 若布の味噌汁 ミニトマト	鮭の味噌みりん焼き ブロッコリーサラダ ワントンスープ ぶどう	茹で卵のミートソースかけ 茄子炒め コーンとキャベツのスープ キウイフルーツ	炒り鶏 小松菜のピーナッツ和え もやしの味噌汁 オレンジ						
おやつ	芋かりんとう・牛乳	二層ゼリームース・せんべい	小倉白玉・牛乳	ブルーベリーケーキ・牛乳	じゃこトースト・牛乳						

1 5 日 (月)		1 6 日 (火)		1 7 日 (水)		1 8 日 (木)		1 9 日 (金)		2 0 日 (土)	
未満児主食	敬老の日 	ごはん	ごはん	【お誕生会】		ごはん	焼きうどん				
副 食		ポテトオムレツ 若布マヨネーズサラダ コンソメスープ バナナ	変り納豆 さつま芋甘煮 茄子の味噌汁 キウイフルーツ	おはぎ 鶏味噌焼き・利休和え しめたま汁 ぶどう		ヒレカツ ごまドレッシングサラダ 玉葱と若布の味噌汁 梨	牛乳 バナナ				
おやつ		ハムチーズ蒸しパン・牛乳	ラスク・牛乳	シュークリーム・牛乳		ジョア・せんべい					

2 2 日 (月)		2 3 日 (火)		2 4 日 (水)		2 5 日 (木)		2 6 日 (金)		2 7 日 (土)	
未満児主食	ごはん	秋分の日 	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ツナスパゲティ				
副 食	豆腐とひじきのつくね 七福ナムル キャベツと油揚げの味噌汁 オレンジ		ハワイアンポークソテー ツナサラダ ベーコンスープ グレープフルーツ	マカロニグラタン キャベツの甘酢和え きのこのスープ キウイフルーツ	赤魚塩焼き 千草和え そうめん汁 梨	牛乳 バナナ					
おやつ	甘食・牛乳		ジャムサンド・牛乳	フルーツヨーグルト	五平餅風・牛乳						

29 日 (月)		30 日 (火)	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん
副 食	あぶたま 深山和え 白菜と人参の味噌汁 オレンジ	肉団子のあんかけ カミカミサラダ はんぺんスープ キウイフルーツ	
おやつ	さつま芋素揚げ・牛乳	牛乳寒天・せんべい	



～今月の予定平均栄養摂取量～

	未満児	以上児
エネルギー	488kcal	393kcal
たんぱく質	18.9g	17.6g
脂 肪	16.9g	16.7g

『いただきます』の意味
 「いただきます」は、ただ「食べます」という意味で言うのではなく、さまざまな動植物の「命をいただきます」という意味も込められています。心から感謝して食事を始めましょう。また、食材を作ったり届けてくれた人、料理を作ってくれた人に対しても感謝の気持ちをもてるよう、料理するところを見せたり、食材に触れる機会をご家庭でも作っていただけたらいいと思います。