令和5年度 9月

献立予定表

黎 黎 黎 黎 黎 黎

火 水 金 王 1 ミニジョア 2 果汁 かぼちゃのそぼろ煮 冷しそうめん 第1・第5十曜日は、ごはんはいりません。 牛揚げ納豆 果物 箸又はスプーン等を持ってきてください。 午後の保育を希望される方は、おやつを みそ汁・果物 ヨーグルト 持参してください。 菓子 453 希望保育のみ おやつ持参 牛乳(200) kcal 4 果物 5 ミニジョア 6 果物 7 菓子 8 やさいジュース 9 ミートボール じゃが芋のチンジャオロースかつおの照焼き 巣ごもり卵 松風焼き かぼちゃのおかか煮 切干大根サラダ 春雨サラダ ブロッコリーの和え物 さつま芋サラダ 《お弁当の日》 やさいスープ みそ汁・果物 わかめ汁 中華風コーンスープ みそ汁・果物 412 菓子 じゃこトースト お麩ラスク チャーハン バナナきな粉 465 443 419 461 kcal |牛乳(100) kcal 麦茶 kca] |牛乳(100) 牛乳(100) kcal 牛乳(200) kcal 11 果物 12 果汁 15 果物 13 菓子 14 牛乳 16 ちくわのマヨネーズ焼き ポークカレー 鶏肉の香味焼き ≪ おむすび・総練習の日 ≫ ふわふわ親子煮 レタス入りサラダ 豚汁 青菜とレンコンのごま和え さきいかサラダ ひじきとハムのソテー 《 運動会 》 みそ汁 バナナ みそ汁・果物 オニオンスープ おくずかけ 423 おやつパン 451 フルーツヨーグルト 419 菓子 おさつポテト お好み焼き 426 kcal 牛乳(200) kcal 牛乳(100) kcal カルシウムせんべい 牛乳(100) 牛乳(100) kcal 22 やさいジュース 18 19 果物 20 菓子 21 ミニジョア 23 ≪ ほかほかごはんの日 ≫ ピザ風卵焼き マーボーなす 鮭のパン粉焼き・豆乳スープ 《お誕生会》 スパゲティサラダ おからサラダ 【 秋分の日 】 【 敬老の日 】 ブロッコリーとさつま芋のソテー みそけんちん汁 みそ汁・果物 462 菓子 黒ごまトースト アイスクリーム おはぎ 422 446 牛乳(100) 牛乳(100) kcal 牛乳(200) kcal kcal 25 牛乳 27 菓子 28 果物 26 果物 29 スポロン 30 果汁 |__ |さわらのごまみそ焼き |_{スープス}パゲティ 中華風卵焼き 豆腐の揚げ団子 |鶏肉のりんごソース焼き||カリカリしゅうまい ごぼうサラダ 春雨の酢の物 刻み昆布の煮物 変わり五目煮 トマトとわかめの和え物 果物 中華スープ・果物 みそ汁 みそ汁 チンゲン菜スープ lヨーグルト ひっつみ汁・十五夜ゼリー 415 じゃじゃ麺 426 みたらし団子 442 ツナパン 464 菓子 ヨーグルト 441 希望保育のみ おやつ持参 kcal 牛乳(100) kcal 牛乳(100) kcal 牛乳(100) kcal 牛乳(200) ウエハース kcal

今月の予定



12日(火) おむすび・総練習の日

全員、手づくりのおむすびを持ってきて ください。当日は総練習のため、豚汁と バナナのみのメニューです。

19日(火) ほかほかごはんの日

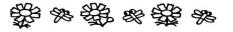
さくら組がお米を研いでご飯を炊きます。 炊き上がったご飯を食べるので、すみれ組 とさくら組は、空のお弁当箱を持ってきて ください。たんぽぽ組は保育園の食器を つかいます。

20日(水) お誕生会

お楽しみ給食なのでご飯はいりません。 箸又はスプーン等を持ってきてください。

9日(土) お弁当の日

お弁当、水筒(水または麦茶)、1回分の おやつを忘れずに持ってきてください。



8月の栄養摂取量

	未満児	以上児
エネルギー	552 kcal	442 kcal
たんぱく質	21.4 g	21.8 g
脂質	18.8 g	21.7 g
塩 分	1.5 g	1.6 g