

9月予定献立

令和4年度

ときわ・ことり保育園

月	火	水	木	金	土
<p style="font-size: 10pt;">ちゅうりっぷ・もも・たんぼ組</p> <p style="font-size: 10pt;">午前のおやつ</p> <p style="font-size: 10pt;">月 牛乳 せんべい</p> <p style="font-size: 10pt;">火 牛乳 ビスケット</p> <p style="font-size: 10pt;">水 牛乳 クッキー</p> <p style="font-size: 10pt;">木 牛乳 せんべい</p> <p style="font-size: 10pt;">金 牛乳 ビスケット</p> <p style="font-size: 10pt;">土 牛乳 クッキー</p> <p style="font-size: 10pt;">主食「白ごはん」</p>			<b>1</b> ミートローフ 和風サラダ パイン缶  牛乳 クッキー	<b>2</b> 鯖のみぞれ煮 青菜炒め 黄桃缶  牛乳 せんべい	<b>3</b> 豆腐の中華煮 ツナサラダ 一口ゼリー  牛乳 ビスケット
<b>5</b> 豚肉の味噌炒め 昆布の煮物 みかん缶  牛乳 クッキー	<b>6</b> 鯖の南部焼き 野菜炒め 黄桃缶  牛乳 せんべい	<b>7</b> ポークカレー 中華和え ブルーン  牛乳 ビスケット	<b>8</b> <b>〈誕生会〉</b> 〈白ごはんなし〉 わかめごはん ささみチーズカツ 春雨サラダ オニオンスープ パイン缶 牛乳 ロールケーキ	<b>9</b> <b>〈お月見会〉</b> うさぎハンバーグ 筑前煮 みかん缶  麦茶 月見ゼリー	<b>10</b> ウインナーと 野菜のコンソメ煮 じゃこ和え 一口ゼリー  牛乳 せんべい
<b>12</b> ホキの きのこあんかけ マカロニソテー 黄桃缶  牛乳 ビスケット	<b>13</b> チャンプル キャベツサラダ ブルーン  牛乳 せんべい	<b>14</b> 照り焼きチキン ナムル パイン缶  麦茶 ヨーグルト	<b>15</b> 鮭のこうじ漬け 高野豆腐の煮物 味噌汁 みかん缶  牛乳 ビスケット	<b>16</b> 親子煮 ひじきの和え物 黄桃缶  牛乳 クッキー	<b>17</b> しゅうまい 青菜炒め 一口ゼリー  牛乳 せんべい
<b>19</b> 敬老の日   	<b>20</b> ポークビーンズ 切干大根の煮物 ブルーン  牛乳 クッキー	<b>21</b> カレイの青のり焼き 春雨サラダ 中華スープ 黄桃缶  牛乳 せんべい	<b>22</b> グラタン 野菜炒め パイン缶  牛乳 ふかし芋	<b>23</b> 秋分の日   	<b>24</b> 鶏とピーマンの 中華炒め わかめサラダ 一口ゼリー  牛乳 せんべい
<b>26</b> 豆腐の和風煮 ひじきの和え物 黄桃缶  麦茶 お好み焼き	<b>27</b> 鯖のマヨ焼き マカロニソテー コンソメスープ みかん缶  牛乳 せんべい	<b>28</b> かにかまの卵とし 磯辺和え パイン缶  牛乳 ビスケット	<b>29</b> 五目ちゃんぽん ジャーモンポテト 黄桃缶  牛乳 クッキー	<b>30</b> 松風焼き ハムサラダ ブルーン  牛乳 せんべい	

～お知らせ～	
完全給食 (白ごはんなし)	8日
弁当持参	なし

平均栄養価					
		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)
未満児	総与量	492	19.9	15.7	1.3
	目標量	463	19.7	12.8	1.5
以上児	総与量	390	21.7	17.6	1.4
	目標量	322	21.7	14.2	1.4

・ちゅうりっぷ、もも、たんぼ組…給食(主食を含む)、午前・午後のおやつ  
 ・すみれ、ひまわり、ゆり組…給食(主菜・副菜のみ)、午後のおやつ

担当：山下