

9月の予定献立表

発行日: 令和5年8月31日

	月	火	水	木	金	土
午前おやつ					1 牛乳・ウエハース	2 牛乳・せんべい
昼食					ごはん とうふみそ汁 さかなのチーズ焼き ポテトサラダ	ビーンズライス やさいスープ キャベツの和風サラダ
午後おやつ					牛乳 麩のラスク	牛乳・スティックパン
午前おやつ	4 牛乳・せんべい	5 牛乳・クラッカー	6 牛乳・バナナ	7 お茶・ウエハース	8 お茶・せんべい	9 牛乳・クラッカー
昼食	ごはん じゃがいもみそ汁 さかなのステキソースかけ マカロニサラダ	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 ナムル	ひじきごはん だいこんみそ汁 とうふハンバーグ もやしとツナのごま和え	ロールパン かぼちゃ豆乳スープ さかなのパン粉焼き ごぼうのマヨ和え バナナ	ごはん やさいスープ ミートボール きゅうりとコーンのサラダ	中華あんかけ丼 わかめスープ フルーツカクテル
午後おやつ	牛乳・かぼちゃもち	牛乳・ジャコトースト	牛乳 フルーツのゼリーかけ	ソフール・せんべい	スキムミルク コーンフレークスナック	牛乳・クッキー
午前おやつ	11 牛乳・ウエハース	12 牛乳・せんべい	13 お茶・ビスケット	14 お茶・せんべい	15 お茶・ブルー	16 お茶・ビスケット
昼食	ごはん こまつなスープ 鶏のマーメレード焼き やさいサラダ	【非常食献立】 アルファ米 レトルトカレー	ごはん ミルクみそ汁 揚げ豆腐 トマトの和え物	ごはん きのこのクリームスープ さかなのムニエル さっぱりサラダ	ごはん とうふみそ汁 ぶたにくのしょうが焼き さつま芋のいとこ煮	ハヤシライス ひじきのサラダ ヨーグルト
午後おやつ	牛乳・なめらかポテト	さけおにぎり・豚汁	スキムミルク レーズンクッキー	牛乳 ドラニキ	牛乳・ゆかりおにぎり おしゃぶりこんぶ	お茶・たいやき
午前のおやつ	18	19 お茶・せんべい	20 牛乳・バナナ	21 お茶・ビスコ	22 お茶・ウエハース	23
昼食	敬老の日	【食育の日】 いりこ飯 なすそうめん 白和え	ロールパン キャベツスープ スパニッシュオムレツ にんじんのマリネ バナナ(以上児)	カレーライス 大豆のころころサラダ フルーツヨーグルト	ごはん さつま汁 さかなの南蛮漬け おなか和え オレンジ	秋分の日
午後おやつ		牛乳・揚げぴっぴ	スキムミルク・おはぎ	お茶・焼きそば	牛乳・ピザ風ポテト	
午前おやつ	25 牛乳・ビスケット	26 お茶・せんべい	27 牛乳・ビスケット	28 お茶・せんべい	29 お茶・ウエハース	30 お茶・ビスケット
昼食	ごはん わかめスープ さかなの竜田揚げ 切り干し大根ナポリタン	雑穀ごはん すまし汁 鶏肉のねぎみそ焼き ツナとじゃがいもの煮物	ごはん 春雨スープ 八宝菜 しゅうまい	ごはん 五目汁 さかなのコーンマヨ焼き なすとピーマン炒め物	【お誕生会】 カレーピラフ やさいスープ メンチカツ コールスローサラダ	シチューライス マカロニサラダ 野菜ジュース
午後おやつ	牛乳・ジャムサンド	スキムミルク スイートポテト	牛乳・きな粉バナナ	牛乳・五平もち	スキムココア ミルクレープ	お茶・まんじゅう

給食だより

毎月19日は食育の日。
 今月は香川県の献立を提供します。
 香川県西部の伊吹島周辺は有数のいりこの産地でカタクチイワシの漁が盛んで、いりこを炊き込んだご飯がよく食べられています。なすそうめんのなすは一般的ななすの約3倍の大きさで皮がやわらかい品種の三豊なすを使用し小豆島そうめんと合わせた家庭料理です。明治時代からこんにゃく芋の栽培がはじまり今でも山間地域では栽培されており節分には1年の砂おろしと言って白和えや煮しめにしてこんにゃくを食べるそうです。香川ではうどんの事を「ぴっぴ」と言って小さい子どもに食べさせるそうです。揚げぴっぴ=揚げたうどんはいろいろな味が楽しめます。

お楽しみに。

献立平均給与栄養量

	以上児	未満児
エネルギー	555kcal	462kcal
たんぱく質	22.7g	18.4g
脂質	17.4g	14.1g

☆献立を変更する場合がございます。