



9月献立表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2023年9月 聖隷こども園こうのとり豊田

日付	曜日	行事	献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
1	金	防災訓練 引き渡し訓練	非常食体験	クッキー	牛乳 保存パン				
2	土		おにぎり 肉じゃが みそ汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	358	6.3	297	5.0
4	月		ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 和風スパゲテ- すまし汁(豆腐・しめじ) パナナ お茶	お茶 チーズ	牛乳 麵ラスク(抹茶)	567	17.0	446	15.5
5	火		セルフサーモンバーガー さつまいものサラダ コンソメスープ オレンジ 牛乳	お茶 せんべい	豆乳 おにぎり	590	16.3	490	14.8
6	水		ごはん 豚肉の甘酒生姜焼き ほうれん草のお浸し トマト みそ汁(大根・油揚げ) りんご お茶	豆乳 バナナ	牛乳 人参クッキー	569	14.5	522	14.9
7	木		ごきつねうどん コールスローサラダ 焼き南瓜 キウイ お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 マカロニきなこ	564	16.3	488	15.2
8	金		変わり餃子ごはん ごま塩和え チーズ みそ汁(じゃが芋・玉葱) パイン お茶	お茶 ビスケット	牛乳 ジャムパン	641	19.3	471	14.8
9	土		チャーハン 青梗菜の中華和え スープ フルーツ ゼリー お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	302	3.1	242	2.5
11	月		ごはん 魚のもみじ焼き 白菜サラダ トマト みそ汁(もやし・油揚げ) パナナ お茶	お茶 チーズ	お茶 アイス・ウエハース	577	18.5	481	17.6
12	火		豆乳パン ◎根菜の甘酢炒め ブロッコリー 具だくさんスープ りんご 牛乳	お茶 せんべい	牛乳 いなりずし	695	29.2	543	23.2
13	水		ごはん 豆腐のまさご揚げ 切干大根の煮物 みそ汁(南瓜・玉葱) メロン お茶	豆乳 バナナ	牛乳 焼きいも	605	15.6	553	15.7
14	木		秋のきのこスパゲティ ツナきゅう オレンジ お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 醤油ラスク	403	13.5	335	12.7
15	金	お泊り保育	ごはん 鶏肉の山椒焼き キャベツのたくあん和え みそ汁(豆腐・しめじ) キウイ お茶	お茶 クッキー	牛乳 バナナ・小魚	532	15.7	426	13.9
16	土		焼肉と納豆炒めごはん ステック胡瓜 けんちん汁 フルーツ ヨーグルト お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	532	13.7	456	12.4
18	月	敬老の日							
19	火		食パン タンドリーチキン 人参甘煮 野菜スープ パイン 牛乳	お茶 ビスケット	牛乳 五平餅	532	14.7	435	13.1
20	水		ごはん さつまいもコロッケ ブロッコリー みそ汁(キャベツ・油揚げ) パナナ お茶	豆乳 チーズ	牛乳 すいか・ビスケット	627	16.2	558	18.3
21	木		マーボーやきそば チーズ トマト メロン お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 コーンマヨトースト	556	24.0	454	20.0
22	金		ごはん さんまの塩焼き ◎金平ごぼう みそ汁(豆腐・青菜) オレンジ お茶	お茶 バナナ	牛乳 お月見ゼリー・せんべい	519	15.6	448	12.6
23	土	秋分の日							
25	月		ごはん 魚の味噌煮 じゃが芋のごまマヨ和え すまし汁(大根・えのき) パナナ お茶	お茶 せんべい	牛乳 フランクフルト	680	32.2	540	25.8
26	火		レーズンパン 豚肉とピーマンのカレー炒め 南瓜サラダ 野菜スープ メロン 牛乳	お茶 バナナ	牛乳 きなこおはぎ	633	25.0	506	19.3
27	水		ごはん とうろ昆布入りハンバーグ 小松菜のよごし みそ汁(豆腐・油揚げ) オレンジ お茶	豆乳 クラッカー	牛乳 ヨーグルト	468	13.9	451	16.2
28	木		肉うどん ちくわの磯辺焼き トマト パイン お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 クリームパン	587	15.0	470	13.1
29	金	じゅうごや十五夜	★くりごはん 鶏肉の照り焼き ゆかり和え 豚汁 りんご お茶	お茶 ビスケット	牛乳 スイートポテト	511	8.8	449	8.2
30	土	講演会・懇談会	ごはん給食	お茶 お菓子	お茶 お菓子	21.2	1.6	17.8	1.4

*0・1歳児で食材確認表についでない食材が使われている献立に★印がつけてあります。

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◆今月の絵本献立をご紹介します◆
『おいしいおと』 福音館書店



昨年、ごはんを食べた時の音をきくと、「音は聞こえなかった」「小さかな音がした」という子どもたちと、「あみあみ」「もふもふ」「ふわふわ」という子どもたちがありました。子どもたちの表現はいろいろと、質問するこちらがワクワクしてきます。今年もどんな「おいしいおと」が聞かれるか楽しみな一か月です。



◆お料理で全国制覇◆

富山県は、昆布の消費量が全国屈指だそうです。富山県民の定番「とろろ昆布」をハンバーグにして味わいます。また、家庭料理の「よごし」も作ります。夜に作り置きして翌朝食べるから「夜越し」が「よごし」と呼ばれるようになったらしいですよ！各家庭で味付けも少しずつ違うと・・・
今月の富山のお祭りといえば「おわら風の盆」です。坂の町に数千のぼんぼりが灯り、三味線・胡弓の音に合わせて優雅に唄い踊ります。しっとりとした優雅な世界をのぞいてみたいですね！