



がつこんだてりょう  
9月献立表

2018年9月 豊後こども園こうのとり豊田

日付	曜日	きょうじ 行事	こんだてりょう 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギー kca	脂質 g	エネルギー kca	脂質 g
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	土		二色丼 真だくさん汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	393 14.8	6.0 1.7	342 12.9	6.9 1.5
3	月		バターロール 魚のフライ 人参ソース 胡瓜ともやしのナムル ミノトマト 野菜スープ (キャベツ・コーン) ぶどう 牛乳	豆乳 お茶	お茶 ゼリー・せんべい	601 19.6	24.8 2.7	591 19.3	26.8 2.3
4	火	防災訓練	非常食体験	お茶 クラッカー	牛乳 ドーナツ				
5	水		ごはん 鶏肉の照り焼き れんこんサラダ みそ汁 (玉葱・玉葱) オレンジ お茶	豆乳 バナナ	牛乳 フランクフルト	559 20.2	19.9 3.0	513 19.1	19.5 2.4
6	木		きのこの秋スパゲティ 焼き南瓜 ツナきゅう バナナ 牛乳	お茶 ヨーグルト	お茶 おにぎり	624 20.4	13.9 2.3	537 18.8	12.7 1.8
7	金		ごはん 五目煎焼き バンサンスウ 枝豆 みそ汁 (青菜・葱) りんご お茶	お茶 チーズ	牛乳 ロールカステラ	647 24.5	17.7 1.9	549 23.3	18.8 2.0
8	土	講演会・懇談会	ピザトースト 野菜スープ フルーツ 牛乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	367 17.8	12.8 2.5	326 14.1	13.2 2.0
10	月		ごはん さんまの塩焼き 切干大根の煮物 トマト みそ汁 (豆腐・しめじ) バナナ お茶	豆乳 ウエハース	牛乳 バウムクーヘン	615 20.1	19.9 1.4	555 19.0	20.7 1.2
11	火		レーズンパン ひじき入りつくねバーグ ほうれん草ソテー グラッセ オニオンスープ メロン 牛乳	お茶 ヨーグルト	お茶 秋のおはぎ	616 23.4	18.5 3.2	533 21.1	16.8 2.6
12	水		ごはん 豆腐の真砂揚げ 茹でブロッコリー にらスープ りんご お茶	お茶 せんべい	牛乳 野菜マフィン	722 23.6	25.1 2.2	583 19.3	20.0 1.9
13	木		冷やしうどん 牛コーンサラダ チーズ オレンジ お茶	お茶 バナナ	豆乳 じゃこラスク	672 28.2	21.9 4.4	593 24.4	19.0 3.7
14	金	祖父母の集い	小豆ごはん 魚のもみじ焼き 筑前煮 みそ汁 (豆腐・葱) パイン お茶	お茶 チーズ	牛乳 あんぱん	590 26.8	18.6 2.4	516 25.1	19.6 2.4
15	土		焼きそば ゆで卵 中華スープ フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	420 17.2	14.8 2.5	376 14.1	15.1 2.0
17	月	敬老の日							
18	火		たまごサンド ジャーマンポテト (カレー味) スティック 胡瓜 コンソメスープ 旨味 牛乳	お茶 ヨーグルト	お茶 バナナ・小魚	518 19.0	24.0 3.1	457 17.8	21.3 2.5
19	水		さくらごはん 厚揚げのソースマヨ焼き れんこんのおかか煮 ミノトマト みそ汁 (玉葱・葱) バナナ お茶	お茶 ウエハース	牛乳 みたらし団子	644 19.3	16.5 2.7	553 16.2	14.9 2.1
20	木		五目ラーメン ゴリララコックさんのお楽しみ 即席揚げ オレンジ ヨーグルト	お茶 チーズ	豆乳 メロンパン	691 28.2	17.2 3.6	552 28.0	19.3 3.5
21	金		ごはん 魚の味噌煮 南瓜煮 ゆかり和え すまし汁 (かんぴょう・小松菜) メロン お茶	お茶 バナナ	豆乳 焼きいも	806 21.5	12.1 3.1	555 20.3	13.3 2.6
22	土		おにぎり 青菜のソテー 豚汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	420 12.4	6.9 2.8	344 10.0	6.6 2.2
24	月		秋分の日振替休日						
25	火		食パン 魚のガーリックパン粉焼き 野菜炒め 南瓜スープ バナナ 牛乳	豆乳 クラッカー	お茶 いなりずし	538 23.2	19.3 1.5	544 22.7	21.3 1.4
26	水		変わり餃子ごはん ごましお和え 中華スープ (玉葱・コーン) 梨 お茶	お茶 チーズ	牛乳 甘煮	595 17.7	17.1 1.3	518 18.5	18.9 1.5
27	木		カレーうどん ツナサラダ ミノトマト キウイ 牛乳	お茶 ヨーグルト	お茶 さつま芋蒸しパン	684 21.6	24.7 2.2	616 21.6	21.0 2.1
28	金		ごはん 魚の生妻煮 酢の物 焼き茄子の旨味和え みそ汁 (豆腐・揚げ) オレンジ お茶	お茶 バナナ	牛乳 原宿ドック	648 24.1	16.5 2.3	522 19.5	13.4 1.8
29	土	豊後こども園保育園 給食合同研修	ハヤシライス キャベツサラダ フルーツ 牛乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	663 21.8	21.8 1.8	545 17.5	20.4 1.5

※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。

今月は子ども達の大好きな絵本と食事の時間を結びつけた給食です

子ども達は食べ物の絵本が大好きです。保育者が読み聞かせをしていると、口をモグモグさせたり、自分自身が料理をしている気持ちになったりします。

食に関わる絵本には、食欲を刺激するもの、食材への興味を高めるもの、行事食にふれるもの、食事マナーを伝えるもの等さまざまあります。

給食では、絵本からふくらむイメージやわくわく感を大切にしたい楽しい食事を取り入れたいと思います。お楽しみにして下さい。

《今回参考にした絵本の紹介》

「じゃがいもじゃがじゃがさつまいも」 お隣どおしに住むじゃがいものじゃがだんしゃく一家とさつまいものさつまいもどん一家。ある日、ちからくらべをするようになりました。どちらが勝つのかな? (園ではじゃがいもとさつまいも料理の日にはサンプルケースに表示をします)

「ゴリララくんのコックさん」 ゴリララくんはちくわが大好き。なんでもかんでもちくわの中につめていきます。

(園ではどんなものがつめられているのかな?)

