

がつこんだてひょう
9月献立表

2021年9月 聖隷こども園こうのとり豊田

日付	曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 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
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	水		ごはん 豚肉のしょうが煮 人参しりしり ブロッコリー みそ汁(玉ねぎ・じゃが芋) オレンジ お茶	お茶 せんべい	牛乳 チーズパン	561 23.4	17.0 2.0	476 19.5	16.0 1.7
2	木		秋のきのこスパゲティ 南瓜の豆乳煮 ツナきゅう りんご お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 人参クッキー	523 17.0	16.9 1.5	439 15.6	15.0 1.3
3	金		変わり餃子ごはん ゴマ塩和え みそ汁(大根・しめじ) なし お茶	お茶 バナナ	牛乳 フランクフルト	593 21.7	26.6 2.1	490 17.8	21.5 1.7
4	土		焼きうどん わかめスープ フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	371 13.4	8.6 2.1	335 11.4	8.2 1.7
6	月		ごはん 鶏肉のごま味噌焼き マカロニサラダ すまし汁(豆腐・若布) バナナ お茶	お茶 せんべい	牛乳 ゼリー・あられ	597 22.0	16.8 2.3	574 21.4	19.8 2.0
7	火		食パン ひじき入りハンバーグ ほうれん草ソテー 人参グラッセ 野菜スープ パイン 牛乳	お茶 バナナ	お茶 さつま芋入りおはぎ	528 22.3	13.7 1.7	422 16.7	11.0 1.8
8	水		ごはん 豆腐のまさご揚げ 金平ごぼう みそ汁(もやし・わかめ) キウイ お茶	お茶 ウエハース	牛乳 パウムクーヘン	609 22.6	22.4 1.8	496 18.6	19.7 1.4
9	木		焼きそば ブロッコリー チーズ りんご お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 醤油ラスク	506 21.4	22.1 2.2	440 19.8	20.9 1.9
10	金		ごはん 五目卵焼き パンサンスー みそ汁(玉葱・もやし) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 ぼんせんべい	493 19.0	14.0 1.6	425 18.9	15.9 1.8
11	土		パン2種 クリームシチュー フルーツ ヨーグルト お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	460 15.6	16.3 1.6	439 14.5	15.6 1.4
13	月		ごはん 厚揚げのバター醤油焼き 漬物の土佐煮 みそ汁(青菜・えのき) バナナ お茶	お茶 クラッカー	牛乳 焼きいも	606 19.1	15.6 1.5	512 16.1	15.0 1.3
14	火		豆乳パン 魚のムニエル 粉ふき芋 スティック胡瓜 野菜スープ メロン 牛乳	お茶 ビスケット	お茶 おにぎり	513 23.6	10.8 1.2	416 18.2	9.6 0.9
15	水		ごはん 豚肉の甘酒生姜焼き キャベツの塩昆布和え トマト みそ汁(豆腐・えのき) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 バナナ・小魚	523 24.0	14.1 1.4	456 23.4	16.4 1.7
16	木		こぎつねうどん ツナサラダ 蒸南瓜 キウイ お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 ジャムパン	615 24.7	17.9 1.8	486 21.5	15.9 1.5
17	金		小豆ごはん 魚のもみじ焼き 天ぷら(れんこん) ゆかり和え みそ汁(青菜・麩) パイン お茶	お茶 バナナ	お茶 アイスクリーム・ウエハース	568 20.9	18.3 1.7	492 16.9	15.1 1.3
18	土		チャーハン 中華スープ フルーツ ゼリー お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	394 9.6	4.4 2.1	343 8.7	5.7 1.7
20	月	敬老の日							
21	火	じゅうごや十五夜	セルフ山賊焼きバーガー(山賊焼き、キャベツ、トマト) さつま芋のサラダ コンソメスープ バナナ 牛乳	お茶 せんべい	お茶 まんまるゼリー・ビスケット	596 21.8	22.1 1.5	485 17.0	17.9 1.3
22	水		ピザパごはん 根菜の甘酢炒め 中華スープ りんご お茶	お茶 バナナ	牛乳 コーンマヨトースト	623 19.7	22.2 2.5	491 15.4	17.8 1.9
23	木	しゅうぶんひ秋分の日							
24	金		ごはん さんまの塩焼き 青菜のごま和え みそ汁(大根・しめじ) オレンジ お茶	豆乳 チーズ	お茶 ヨーグルト・せんべい	474 16.6	12.4 1.4	482 20.5	18.3 1.7
25	土		小松菜とじゃこのごはん けんちん汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	329 10.5	3.9 1.7	319 9.0	7.5 1.5
27	月		くりごはん 魚の味噌煮 即席漬物 焼きなすのお浸し すまし汁(豆腐・しめじ) バナナ お茶	お茶 クラッカー	牛乳 スイートポテト	572 20.7	15.2 2.2	563 20.1	17.7 1.9
28	火		ぶどうパン 鶏肉のガーリック焼き ひじきとベーコンのソテー 南瓜スープ メロン 牛乳	お茶 バナナ	お茶 のりまき	575 21.3	22.6 1.9	441 15.8	16.0 1.3
29	水		ごはん いもほりコロッケ ブロッコリー すまし汁(青菜・えのき) オレンジ お茶	お茶 ウエハース	牛乳 あべかわマカロニ	577 19.4	16.1 1.0	473 15.8	14.5 0.8
30	木		五目ラーメン ちくわのカレー焼き トマト パイン お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 メロンパン	526 20.3	15.9 2.0	462 18.9	14.9 1.6

はかみかみメニューの印です。

※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。

【今月の絵本給食】

いもほりコロッケ (講談社)



昨日は絵本給食当日に「コロッケのいい匂い」と気付く子、絵本にあった特製ソースを覚えて「お母さんに教えてあげる!」と張り切る子、いろいろなコロッケの形をみてお友達との違いを楽しむ子など、さまざまな反応があり大好評でした。
今年はどうな子ども達の姿がみられるか楽しみにしながら作りたいと思います。コロッケに関する本は他にも「コロッケです」(学研)「11びきのねこおぼろり」(こくま社)などもあります。乳児向けにはじゃが芋の絵本など読んでみるのもいいですね!



日中はまだまだ暑い日もありますが、朝夕には秋の訪れを感じる季節となりました。秋の紅葉をイメージした今月の給食『魚のもみじ焼き』を紹介します。

魚の切り身を使っているのです子どもでも食べやすくマヨネーズ味は好まれる味付けです。野菜の中身を青菜に変えれば若草焼きにもなりますよ!

【材料2人分】 身魚 2切れ、酒 小さじ2、塩・こしょう 少々、人参 60g、マヨネーズ 20g 【作り方】 ①人参はすりおろし、マヨネーズと混ぜておく。②魚に酒を振り塩・こしょうをする。③オーブンを160℃~170℃に予熱しておく。④クッキングシートを敷き、魚をのせたら①のソースを塗って10分くらい焼く。