

9月献立表

*かみかみメニューには◎印がつけてあります。

2022/9/1 聖隷こども園こうのとりのり豊田

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	木		ごはん 豆腐のまさご揚げ ◎金平ごぼう みそ汁(じゃが芋・えのき) りんご お茶	お茶 ウエハース	ぎゅうにゅう 牛乳 にんじん 人参クッキー	623	16.3	506	14.3
2	金	ぼうさいくんれん 防災訓練 ひきだしくんれん 引き渡し訓練	ひじょうしよくたいけん 非常食体験	お茶 お茶 ひじょうしよくたいけん 非常食用菓子	お茶 ビスコ				
3	土	こんだんかい 懇談会	こまつな 小松菜とじゃこのごはん けんちん汁 フルーツ ゼリー お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	388	4.2	338	5.5
5	月		ごはん 鶏肉のごま味噌焼き スパとツナの和風ソテー すまし汁(豆腐・麩) パナナ お茶	とうにゅう 豆乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 パウムクーヘン	572	16.4	490	15.6
6	火		セルフサーモンバーガー(サーモン、レタス、トマト) さつま芋のサラダ コンソメスープ パイン 牛乳	お茶 バナナ	とうにゅう 豆乳 おにぎり	618	17.8	518	15.0
7	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(もやし・油揚げ) りんご お茶	お茶 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 や 焼きいも	562	14.5	449	12.7
8	木		焼きそば ブロッコリー チーズ オレンジ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 クリームパン	543	21.6	444	19.3
9	金		ごはん 厚揚げのケチャップ煮 ◎里芋のごまマヨ和え みそ汁(青菜・大根) 柿 お茶	とうにゅう 豆乳 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 お月見ゼリー	529	14.9	489	17.2
10	土	じゅうごや 十五夜	チャーハン 中華スープ フルーツ ヨーグルト お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	382	4.7	324	4.2
12	月		ごはん 魚のもみじ焼き ◎スティック胡瓜 みそ汁(大根・油揚げ) パナナ お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 ビスケット	お茶 アイスクリーム・ウエハース	589	19.2	555	20.5
13	火		とうにゅう 豆乳パン ◎根菜の甘酢炒め ブロッコリー トマト 具だくさんスープ りんご 牛乳	お茶 バナナ	お茶 いなりずし	616	23.4	508	19.8
14	水		ごはん 五目卵焼き パンサンスー みそ汁(玉葱・なす) キウイ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 スイートポテト	575	15.3	444	13.6
15	木		こぎつねうどん ツナサラダ 蒸南瓜 メロン お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 醤油ラスク	542	14.4	457	13.7
16	金	と泊まり保育	かわり春巻きごはん ゴマ塩和え チーズ みそ汁(豆腐・えのき) オレンジ お茶	とうにゅう 豆乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ・◎小魚	547	15.3	477	14.6
17	土		パン2種 クリームシチュー フルーツ ゼリー お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	397	8.8	281	4.0
19	月	けいろう ひ 敬老の日							
20	火		しょく 食パン ひじき入りハンバーグ ほうれん草ソテー 人参の甘煮 野菜スープ パナナ 牛乳	とうにゅう 豆乳 クラッカー	お茶 ごへいもち 五平餅	531	12.0	482	14.5
21	水		ごはん さつま芋コロッケ ブロッコリー みそ汁(大根・しめじ) 梨 お茶	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 ぼんせん	556	16.2	465	13.4
22	木		あき秋のきのこスパゲティ コロコロ豆腐焼き ツナきゅう オレンジ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 コーンマヨトースト	505	21.7	407	19.0
23	金	しゅうぶん ひ 秋分の日							
24	土		やき 焼うどん わかめスープ フルーツ ヨーグルト お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	445	10.5	409	10.1
26	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) パナナ お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 ビスケット	お茶 ヨーグルト・あられ	572	15.0	566	16.9
27	火		ぶどうパン 豚肉とピーマンのカレー炒め 蒸し野菜 かぼちゃ 南瓜スープ メロン 牛乳	とうにゅう 豆乳 バナナ	とうにゅう 豆乳 きなこおはぎ	661	26.4	584	23.6
28	水		ごはん さんまの塩焼き ゆかり和え 豚汁 梨 お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 フランクフルト	639	31.8	518	26.7
29	木		ごもく 五目ラーメン ちくわの磯辺焼き トマト パイン お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ジャムパン	544	14.3	434	13.0
30	金		ごはん 鶏肉の山賊焼き キャベツのたくあん和え みそ汁(じゃが芋・油揚げ) キウイ お茶	とうにゅう 豆乳 ウエハース	ぎゅうにゅう 牛乳 りんご・クラッカー	550	17.3	489	18.9

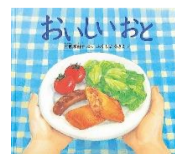
※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★今月の絵本給食を紹介します★

『おいしいおと』福音館書店



この絵本はおいしいそうなお料理に「おいしいおと」がかかれています。今月は「食べている音を聞いてみる」に注目して一か月を楽しみたいと思います。子どもたちが「おいしいおと」を見つけれられるよう声をかけていきますので、ご家庭でも一緒に探してみるのはいかがですか？



★お料理で全国制覇★

今月は長野県の山賊焼きです。鶏肉の一枚肉をにんにく、たまねぎなどをきかせた醤油ダレに漬込み、片栗粉をまぶしてカラリと揚げた豪快な食べ物です。名前の由来は諸説あるようですが、「山賊は物を」とりあげるから「鶏を揚げる」料理を「山賊焼き」と呼ぶようになったと言われています。園では子どもたちの食べやすい切り身で作りますが特製醤油ダレは絶品ですよ!!

