



# 9月予定献立表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2023年9月 聖隷こども園桜ヶ丘

日 付	曜 日	き 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	きん 金	ぼうさいくんれん 防災訓練 ひ わたくんれん 引き渡し訓練	ひじょうしよくたいけん 非常食体験 まい ひじょうよう (α米、非常用カレー、黄桃缶、お茶)	ほぞんずい 保存水	ぎゅうにゅう 牛乳	601	16.5	468	15.2
2	ど 土	こんだんかい 懇談会(きりんぐみ) せいそうほうし 清掃奉仕(きりんぐみ)	チャーハン ゼリー スープ フルーツ お茶	クラッカー お茶 お菓子	あんぱん お茶 お菓子	450	5.5	386	5.4
4	げ つ 月		ごはん とりく 鶏肉のごまみそ焼き わふう 和風スパンデー すまし汁(豆腐・しめじ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ふ 麩ラスク(抹茶)	531	16.9	425	15.6
5	か 火		セルフサーモンバーガー かぼちゃ 南瓜サラダ コンソメスープ キウイ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 おにぎり	591	15.7	478	13.3
6	す い 水		ごはん さつま芋コロッケ ブロッコリー みそ汁(キャベツ・油揚げ) パイン缶 お茶	とうにゅう 豆乳 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 フルーツシャーベット	617	16.2	579	16.7
7	も く 木		こぎつねうどん コールスローサラダ や 焼き南瓜 バナナ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ジャムパン	632	16.6	504	14.9
8	きん 金		ごはん ちゅうかふうたまごや 中華風卵焼き ゆかり和え 豚汁 りんご お茶	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 マカロニきなこ	530	14.9	465	13.1
9	ど 土		おにぎり フルーツ けんちん汁 とうにゅう 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	458	8.2	386	7.9
11	げ つ 月		ごはん さかな 魚のもみじ焼き きりほしだいこん 切干大根の煮物 みそ汁(もやし・青菜) バナナ お茶	お茶 チーズ	お茶 とうにゅう 豆乳アイス・クラッカー	594	16.9	480	15.7
12	か 火		とうにゅう 豆乳パン ◎豚肉と根菜の甘酢炒め 具だくさんスープ りんご ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 いなりずし	619	19.2	496	16.9
13	す い 水		ごはん とうふ 豆腐のまさご揚げ はくさい 白菜サラダ トマト みそ汁(南瓜・玉ねぎ) メロン お茶	とうにゅう 豆乳 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 や 焼きいも	623	17.8	571	17.9
14	も く 木		あき秋のきのこスパゲティ ツナきゅう トマト オレンジ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 しょうゆ 醤油ラスク	501	19.9	430	18.5
15	きん 金		ごはん とりく 鶏肉の山賊焼き 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 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ・小魚	534	15.7	432	13.9
16	ど 土	わんぱくひろば (乳児クラス)	そぼろ納豆丼 ヨーグルト けんちん汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	546	13.1	464	11.8
18	げ つ 月	けいろう ひ 敬老の日				-	-	-	-
19	か 火		しょく 食パン タンドリーチキン にんじんあまに 人参甘煮 やさい 野菜スープ オレンジ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 ごへいもち 五平餅	527	14.7	427	13.0
20	す い 水		ごはん さんまの塩焼き ◎金平ごぼう みそ汁(豆腐・青菜) パイン缶 お茶	とうにゅう 豆乳 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 コーンマヨトースト	611	23.1	508	21.9
21	も く 木	かんげき 観劇	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	ぎゅうにゅう 牛乳 スイートポテト	506	18.9	433	16.2
22	きん 金		くりごはん とろろ入りハンバーグ こまつな 小松菜のよごし みそ汁(豆腐・油揚げ) りんご お茶	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 つきみ お月見ゼリー・せんべい	554	13.7	469	11.1
23	ど 土	しゅうぶん ひ 秋分の日				-	-	-	-
25	げ つ 月		ごはん さかな 魚の味噌煮 なつとうあ 納豆和え すまし汁(大根・えのき) バナナ お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 フランクフルト	661	29.7	462	18.6
26	か 火		レーズンパン ふたにく 豚肉とピーマンのカレー炒め さつま芋のサラダ わかめスープ メロン ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 きなこおはぎ	643	24.8	526	20.1
27	す い 水	JAカレー作り	カレーライス ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 にんじん 人参クッキー	547	16.4	494	18.4
28	も く 木		にく 肉うどん ちくわの磯辺焼き トマト パイン缶 お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 クリームパン	593	15.0	473	13.1
29	きん 金	たんじょうかい 誕生会	たの お楽しみメニュー	お茶 ビスケット	お茶 ???	515	15.4	420	12.1
30	ど 土	こんだんかいにゅうじ 懇談会(乳児クラス)	にんじん 人参ミートソーススパゲティ ゼリー コンソメスープ フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	468	9.5	427	8.7

※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、「おと???」「小っちゃな音」という子どもたちや、「あみあみ」「もふもふ」「ふわふわ」「ねちよねちよ」という子どもたちがいたりいろいろな音を教えてもらいました。子どもたちの表現は様々で、質問をするこちらがわくわくしてきます。今年もどんな「おいしいおと」がするのか楽しみにしたいと思います。



### ◆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が、園では当日に調理していただきます。各家庭で味付けも少しずつ違うようです。

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ばりが灯り、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。