



# 9月 献立表

すずの丘保育園

令和元年 8月30日

日付	曜日	午前おやつ (未満児)	昼食	午後おやつ
2	月	グレープジュース	御飯・ぎょうざ・(付)サラダ菜・白滝と枝豆の炒り煮・春雨スープ	バームクーヘン 牛乳
3	火	のむヨーグルト	御飯・筑前煮・納豆和え(ニラ)・すまし汁・りんご缶	マカロニきな粉 牛乳
4	水	りんごジュース	御飯・かじきのカレー野菜あんかけ・ブロッコリーとちくわのサラダ・もやしと厚揚げのみそ汁	フルーツ&かきもち 牛乳
5	木	オレンジジュース	そばろ丼・ひじきと春雨のサラダ・なすと麩のみそ汁・甘夏みかん缶	レモンヨーグルト
6	金	野菜ジュース	焼きそば・チキンナゲット・(付)ブロッコリー・果物(なし)	ワッフル 牛乳
7	土	気になる野菜	ジャムサンド・グラタン・唐揚げ・ブロッコリーサラダ・オレンジ	せんべい 麦茶
9	月	グレープジュース	御飯・鮭の照焼き・ほうれん草とベーコンのソテー・とうがんのスープ・洋なし缶	ふがし 牛乳
10	火	のむヨーグルト	わかめ御飯・鶏肉の竜田揚げ・(付)レタス・さつまいものサラダ・豆腐とたまねぎのみそ汁	カステラ 牛乳
11	水	りんごジュース	御飯・マーボー豆腐・もやしとひじきの中華和え・小松菜とえのきのスープ・パイン缶	せんべい 牛乳
12	木	オレンジジュース	御飯・肉じゃが・ほうれん草のナムル・キャベツのみそ汁	フルーツヨーグルト
13	金	野菜ジュース	パン・うさぎ型ハンバーグ・(付)サニーレタス・大根サラダ・たまねぎとわかめのスープ・十五夜デザート	ビスケット 牛乳
14	土	気になる野菜	カレーライス・ウィンナー・サラダ・オレンジ	せんべい 麦茶
17	火		運動会	
18	水	りんごジュース	御飯・きんぴら肉団子・(付)サラダ菜・スパゲティソテー・ほうれん草としめじのスープ	ぶどうゼリー
19	木	オレンジジュース	御飯・厚揚げの中華煮・春雨と昆布の酢の物・小松菜のみそ汁	せんべい 牛乳
20	金	野菜ジュース	ポークカレーライス・コーンフ레이크サラダ・果物(なし)	ミニたい焼き 牛乳
21	土	気になる野菜	焼うどん・厚焼き玉子・ウィンナー・オレンジ	ウエハース 麦茶
24	火	グレープジュース	御飯・さばの味噌煮・ビーフソテー・麩のすまし汁	ビスケット 牛乳
25	水	りんごジュース	チキンライス・コロケ・(付)レタス・パスタサラダ・コーンスープ	ロールケーキ 麦茶
26	木	オレンジジュース	御飯・松風焼き・もやしときゅうりのナムル・とうがんと卵のスープ	フルーツジュレ
27	金	野菜ジュース	御飯・チャプチェ・ポテトサラダ・もやしのみそ汁・甘夏みかん缶	カレーチーズラスク 牛乳
28	土	気になる野菜	五目チャーハン・チキンナゲット・(付)ブロッコリー・青りんごゼリー	カステラ 麦茶
30	月	グレープジュース	御飯・チーズオムレツ・(付)ブロッコリー・切干大根のサラダ・さつまいものみそ汁	お米のタルト 牛乳

	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	V.A μg	V.B <sub>1</sub> mg	V.B <sub>2</sub> mg	V.C mg	繊維 g	食塩 g
3歳以上児	543	19.3	17.1	223	1.9	161	0.28	0.39	30	3.1	1.8
3歳未満児	467	16.2	13.8	193	1.7	134	0.25	0.34	26	2.6	1.6

※ 食材納入の関係により、献立が変更になることがあります。

