

令和05年9月 献立表

都南保育園

月	火	水	木	金	土
				1 ビスケット ごはん さらさ蒸し もやしと胡瓜のナムル みそ汁	2 おせんべい ごはん タラのごま味噌焼き ジャーマンポテト みそ汁
				甘食 牛乳 パイ 以:510/15.3/21.5/1.9 未:445/13.4/18.1/1.5	スティックケーキ 牛乳 オレンジ 以:456/13.3/18.9/1.8 未:418/11.3/16.0/1.6
4 ウエハース そぼろ丼 がんもの煮つけ みそ汁	5 おせんべい ジャムサンド チキンピカタ ミネストローネ	6 チーズ ごはん 赤魚の竜田揚げ 五目和え みそ汁	7 ビスケット 麦ごはん カニ玉 ささみと胡瓜の中華和え みそ汁	8 クラッカー ごはん 鮭のホイル焼き オクラのなめ草和え みそ汁	9 おせんべい ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのおかか和え みそ汁
がん月 牛乳 すいか 以:518/17.5/23.4/1.9 未:460/16.1/19.3/1.6	五平餅 牛乳 バナナ 以:574/18.1/23.5/2.4 未:516/17.2/19.4/2.2	シガレットパイ 牛乳 メロン 以:495/15.3/20.8/1.5 未:426/14.2/18.3/1.4	クッキー 牛乳 オレンジ 以:485/14.9/19.4/1.8 未:426/13.7/16.0/1.4	きのこの炊き込みご飯 牛乳 なし 以:533/9.6/24.0/1.8 未:467/9.5/19.8/1.5	ココアサンド 牛乳 バナナ 以:538/14.0/24.6/2.0 未:489/13.8/20.4/1.9
11 ビスケット ポパイカレー ごぼうのサラダ 麦茶	12 ウエハース ごはん カレイの味噌マヨネーズ 野菜のさっぱりサラダ みそ汁	13 ビスケット ごはん 五目つくね ほうれん草と白菜のしらす和え みそ汁	14 おせんべい 中華そばの野菜あんかけ 変わり卵焼き 押し麦スープ	15 おせんべい ごはん レバーのかりんとう揚げ ポテトサラダ みそ汁	16 クラッカー ごはん サバのカレーパン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁
ミニメロンパン 牛乳 オレンジ 以:462/13.7/14.6/1.3 未:418/12.5/12.3/1.1	さつま芋のケーキ 牛乳 パイ 以:542/20.5/21.5/1.8 未:479/18.2/17.1/1.5	キャラメルポップコーン 牛乳 バナナ 以:521/16.8/18.1/2.1 未:458/15.3/15.2/1.7	ゆかりおにぎり 牛乳 メロン 以:496/14.7/20.8/1.7 未:448/14.4/17.0/1.4	ラスク 牛乳 バナナ 以:605/20.4/21.5/1.7 未:521/16.2/17.9/1.5	黒糖むしパン 牛乳 オレンジ 以:601/22.5/23.7/1.7 未:526/19.8/19.7/1.4
18 《敬老の日》	19 ビスケット ごはん たらしの西京焼き 里芋のそぼろ煮 みそ汁	20 ウエハース ごはん 鶏肉のネギソースかけ ピーマン炒め みそ汁	21 チーズ 麦ごはん れんこんハンバーグ インゲンの胡麻和え みそ汁	22 ビスケット 《誕生会》 コーンごはん エビカツ 華風サラダ すまし汁 りんご パースデイケーキ 牛乳	23 《秋分の日》
	おはぎ 牛乳 なし 以:550/8.0/24.3/1.5 未:473/8.1/20.0/1.3	スコーン 牛乳 パイ 以:542/20.2/20.3/2.0 未:480/18.2/16.9/1.7	フルーチェ 麦茶 おせんべい 以:479/13.3/15.9/1.9 未:409/12.8/14.5/2.0	以:557/21.0/19.3/1.8 未:480/18.7/16.1/1.5	
25 おせんべい さつま芋ご飯 さんまの煮つけ 五目豆 みそ汁	26 おせんべい 焼き肉丼 トマトと胡瓜のサラダ みそ汁	27 ビスケット ツナの和風パスタ 肉団子のスープ煮 麦茶	28 ウエハース 麦ごはん ナスのミートグラタン ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁	29 チーズ 《十五夜》 お麩の卵とし丼 酢の物 お月見汁	30 ビスケット 焼きうどん 蒸しかぼちゃ わかめスープ
スティックパン 牛乳 バナナ 以:608/23.6/24.2/2.3 未:546/21.5/20.0/2.2	ドーナツ 牛乳 オレンジ 以:559/19.1/25.3/1.7 未:480/15.2/20.8/1.5	ひじきおにぎり 牛乳 パイ 以:491/11.9/19.0/1.7 未:428/10.9/16.0/1.5	おからケーキ 牛乳 りんご 以:573/22.8/18.4/1.6 未:505/20.5/15.5/1.4	うさぎまんじゅう 牛乳 なし 以:562/11.0/22.4/1.7 未:479/10.9/19.9/1.6	おにぎり(菜飯) 牛乳 バナナ 以:465/15.1/14.8/1.1 未:410/13.5/12.6/1.0

※栄養価の表示は「以」3歳以上児「未」3歳未満児 エネルギー(Kcal)/脂質(g)/たんぱく質(g)/塩分(g)の順の表示になります。

※3歳以上児は、午前おやつは提供ありません。

※都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。