

9月給食献立予定表「幼児食」

9月食育目標 ～早寝、早起きしっかり食べよう朝ごはん～

鴨島ひかり乳幼児保育園

2024年9月

※都合により献立を変更することがあります。

日	曜	行事予定	献立		材料名	おやつ	
			9:00			15:00	エネルギー タンパク質
1	日						
2	月		バナナ牛乳	ご飯 魚の味噌煮 きゃべつのソテー すまし汁 オレンジ	米 鯖 きゃべつ 玉ねぎ 人参 ハム さつまいも 茄子 油揚げ ねぎ	手作りクッキー牛乳	471kcal 16.7g
3	火		ヨーグルト	鶏ひじき丼 白菜の甘酢和え 味噌汁 バナナ	米 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 生しいたけ ひじき 白菜 人参 じゃが芋 小松菜	ももゼリー、せんべい牛乳	421kcal 15.0g
4	水	園開放	ヨーグルト	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃの煮物 すまし汁 オレンジ	米 鮭 きゃべつ 玉ねぎ しめじ 人参 味噌 バター かぼちゃ わかめ 絹豆腐	小豆蒸しパン牛乳	435kcal 19.3g
5	木		バナナ牛乳	ご飯 豚の生姜焼き ほうれん草の白和え 味噌汁 りんご	米 豚肉 生姜 ほうれん草 人参 木綿豆腐 すりごま 大根 えのき 細ねぎ	鮭のおにぎり牛乳	449kcal 19.2g
6	金		ビスケット牛乳	ご飯 魚の照焼 茄子の煮浸し 味噌汁 オレンジ	米 鮭 茄子 人参 小松菜 生しいたけ おつゆ麩	ココアホットケーキ牛乳	444kcal 19.0g
7	土		バナナ牛乳	親子丼 白菜の和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも肉 玉ねぎ 生しいたけ ねぎ 白菜 人参 おつゆ麩 ねぎ	スイートポテト牛乳	454kcal 17.4g
8	日						
9	月		ヨーグルト	カレーライス マカロニサラダ バナナ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも カレールー マカロニ きゅうり 人参 コーン缶 マヨネーズ	お好み焼き牛乳	496kcal 18.4g
10	火	合同礼拝	バナナ牛乳	ご飯 魚の煮付け かぼちゃのチーズ焼き 味噌汁 りんご	米 鯖 生姜 かぼちゃ チーズ ケチャップ ほうれん草 茄子 しめじ	バナナスティック牛乳	428kcal 15.8g
11	水		ヨーグルト	ご飯 野菜ラーメン ブロッコリーサラダ オレンジ	米 豚ミンチ 中華麺 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 生しいたけ もやし ねぎ ブロッコリー 人参 コーン缶	ふかし芋牛乳	480kcal 17.5g
12	木		バナナ牛乳	ご飯 魚のフライ きゃべつ和え物 味噌汁 りんご	米 鮭 薄力粉 卵 パン粉 油 ケチャップ きゃべつ 人参 きゅうり じゃが芋 白菜 ねぎ	もちもちパン牛乳	445kcal 18.3g
13	金		ビスケット牛乳	ご飯 鶏の甘辛煮 トマトサラダ 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも肉 トマト ツナ缶 きゅうり わかめ ひじき 絹豆腐 小松菜 えのき	きな粉おにぎり牛乳	462kcal 18.6g
14	土		バナナ牛乳	ご飯 ナポリタン 小松菜の和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ 小松菜 人参 しらす きゃべつ 生しいたけ ねぎ	コーンフレーク牛乳	435kcal 18.2g
15	日						
16	月			敬老の日			
17	火	身体計測	バナナ牛乳	ご飯 マーボー豆腐 ほうれん草の海苔和え すまし汁 りんご	米 豚ミンチ 豆腐 生しいたけ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 人参 焼き海苔 チンゲン菜 かぼちゃ	ジャムサンド牛乳	480kcal 19.4g
18	水	遊びに 来ませんか	ヨーグルト	ご飯 西京焼き きのことスパゲティ 味噌汁 オレンジ	米 鯖 白味噌 マヨネーズ スパゲティ 玉ねぎ しめじ えのき ベーコン きゃべつ さつまいも	人参おにぎり牛乳	466kcal 18.5g
19	木	誕生会	バナナ牛乳	【誕生会】炊き込みご飯 鶏の照り焼き 花形人参 白菜のすだち酢和え 味噌汁 メロン	米 人参 油揚げ 生しいたけ 鶏もも肉 人参 白菜 人参 きゅうり すだち 絹豆腐 茄子 ねぎ	誕生ケーキ牛乳	509kcal 18.6g
20	金	避難訓練	ビスケット牛乳	ご飯 鮭のピカタ 小松菜の甘酢和え 味噌汁 オレンジ	米 鮭 小麦粉 卵 ケチャップ 小松菜 人参 じゃが芋 玉ねぎ しめじ ねぎ	マカロニきな粉牛乳	421kcal 19.2g
21	土			秋まつりのため給食の提供はありません			
22	日			秋分の日			
23	月			振替休日			
24	火		ヨーグルト	スタミナ丼 豆乳味噌汁 バナナ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ ピーマン かぼちゃ 白菜 生しいたけ 豆乳	おはぎ牛乳	480kcal 18.8g
25	水		バナナ牛乳	ご飯 はんぺんの磯辺揚げ ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 はんぺん 青のり ひじき 人参 木綿豆腐 ほうれん草 茄子 えのき	ウインナーロール牛乳	455kcal 17.1g
26	木		ヨーグルト	ご飯 酢豚 ブロッコリーのフレンチドレッシング和え 味噌汁 りんご	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 生しいたけ ブロッコリー 人参 酢 じゃが芋 大根 ねぎ	豆乳プリン、せんべい牛乳	508kcal 17.2g
27	金		ビスケット牛乳	ご飯 幽庵焼き ジャーマンポテト 味噌汁 オレンジ	米 鮭 すだち じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン ハム きゃべつ 絹豆腐	煮込みうどん牛乳	451kcal 19.7g
28	土		バナナ牛乳	チキンライス 小松菜の和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 ピーマン ほうれん草 人参 おつゆ麩 茄子 ねぎ	おにぎり牛乳	445kcal 15.9g
29	日						
30	月		ヨーグルト	お魚3色ご飯 切干大根の煮物 味噌汁 りんご	米 鮭 しらす 味噌汁海苔 切干大根 人参 生しいたけ ちくわ 小松菜 人参	マドレーヌ牛乳	485kcal 21.5g