

9月のこんだて

細野保育園

日	曜日	10時	昼食	3時
1	火	せんべい	鶏のからあげ いろいろ野菜のごまあえ パインヨーグルト	じゃがバター 牛乳
2	水	バナナ	白身魚のあけぼの焼き 五目ひじき煮 グレープフルーツ	ピザトースト ショア
3	木	ビスケット	カラフルチンジャオロースー スパゲティサラダ バナナ	牛乳みかん寒天 えびせん
4	金	ウエハース	スパニッシュオムレツ おくらのおかか和え なめこと豆腐のみそ汁 オレンジ	かぼちゃマフィン 牛乳
5	土	ビスケット	ハンバーグ ポテトサラダ りんごゼリー	せんべい 牛乳
7	月	せんべい	じゃがいものそぼろ煮 小松菜と桜えびのソテー オレンジ	くりーむパン 紅茶
8	火	りんごゼリー	鮭のタンドリー風 ごぼうのきんぴら オレンジ	野菜スティック するめ 牛乳
9	水	ビスケット	肉団子 青菜ともやし和え物 バナナ	プリン せんべい
10	木	バナナ	五目ミートローフ 切り干し大根とツナのあえ物 フルーツカクテル	わかめおにぎり 緑茶
11	金	せんべい	親子煮 海と山のサラダ かぼちゃのみそ汁 グレープフルーツ	じぶんで・ホットドック 牛乳
12	土	ビスケット	カレー マカロニサラダ ひとつちゼリー	せんべい 牛乳
14	月	せんべい	栄養納豆 かぼちゃの甘煮 豚汁 トマト	梨 リッツ 牛乳
15	火	ヨーグルト	チキンチーズピカタ シャキシャキサラダ オレンジ	お麩ラスク 牛乳
16	水	ビスケット	豆腐のあんかけ 彩りナムル グレープフルーツ	カレーピラフ
17	木	えびせん	さわらのマーメイド焼き ひじきとさつま芋サラダ パイン缶	お菓子盛り合わせ 牛乳
18	金	せんべい	タコライス 三味あえ じゃがいものスープ ぶどう お楽しみランチ♪	ごまクッキー 紅茶
19	土	ビスケット	肉団子 南瓜サラダ オレンジゼリー	せんべい 牛乳
23	水	ウエハース	ホイコーロー 中華サラダ オレンジ	きなことごまのおはぎ 牛乳
24	木	せんべい にぼし	トマトとなすのミートグラタン ミックスサラダ バナナ	鈴かすてら 牛乳
25	金	オレンジ	白身魚のタルタルかけ 青菜としめじの磯あえ パイン缶	ぶどうゼリー 源氏パイ
26	土	ビスケット	シチュー ひじきの煮つけ ふりかけ ひとつちゼリー	せんべい 牛乳
28	月	ヨーグルト	ローズ生姜焼き えだまめサラダ 小松菜とはんぺんのすまし汁 オレンジ	焼ビーフン ほうじ茶
29	火	せんべい	キャベツと鶏肉の中華煮 じゃがバター パイン缶	きな粉ミルク餅 緑茶
30	水	ビスケット	揚げ餃子 きゅうりの浅漬け 切干大根の煮物 バナナ	厚切りバームクーヘン 牛乳

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
未満児目標量	460kcal	18.0g	13.0g	2.0g
未満児月平均	433kcal	14.8g	12.3g	1.5g
以上児目標量	611kcal	23.0g	17.0g	2.3g
以上児月平均	600kcal	21.4g	17.0g	2.2g



- ・未満児には昼食にご飯が出ます。
- ・以上児にはお楽しみランチの日はご飯はいりません。
- ・都合により献立を変更する場合があります。