

# 平成 29年 9月 献立表

# 二川保育園

日	曜	未満児主食	昼食	午後のおやつ	赤色	黄色	緑色	
		以上児/未満児kcal	(☆未満児 ★以上児)	(☆未満児午前 ♪手作り)	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
11	月	ソース焼そば 423/531kcal	かぼちゃサラダ おくらのすまし汁 ★野菜のソース炒め	♪おじいさんのおむすび 麦茶・オレンジ ☆(11日)おせんべい ☆(25日)ヨーグルト	豚肉 チーズ	中華麺 ごはん ごま	キャベツ・人参・もやし ピーマン・かぼちゃ 玉ねぎ・胡瓜・おくら 長ねぎ・オレンジ	
12	火	ごはん 356/413kcal	ひらめのオーロラ焼き 納豆サラダ じゃが芋のみそ汁	♪ホットケーキ 牛乳・梨 ☆おせんべい	ひらめ 納豆	ごはん じゃが芋	胡瓜・もやし・人参 玉ねぎ・しめじ ほうれん草・梨	
13	水	ごはん (27日すみれ:五平もち)	ひじきオムレツ ちくわのサラダ チンゲン菜の中華スープ	♪キャラメルプリン 麦茶・★ぶどう☆バナナ ☆ヨーグルト  (13日きく:フルーツあんみつ)	卵 ひじき ちくわ 豚ひき肉	ごはん	人参・玉ねぎ いんげん・干しいたけ キャベツ・胡瓜 チンゲン菜・コーン しめじ・ぶどう・バナナ	
14	木	ごはん 409/458kcal	たらの唐揚げ 野菜のそぼろ和え えのきのみそ汁	♪コーンフレークスナック 牛乳・オレンジ ☆バナナ	たら 鶏ひき肉	ごはん コーンフレーク	キャベツ・もやし・オレンジ コーン・人参・玉ねぎ・おくら えのき・小松菜・バナナ	
15	金	ごはん 470/547kcal	チキンカレー カニカマと枝豆のサラダ パイナップル・チーズ (15日ふじ:ほうとう)	♪グレープフルーツゼリー 牛乳・ビスケット ☆(1日)牛乳 ☆(15日)ヨーグルト	鶏肉 カニカマ チーズ	ごはん じゃが芋	人参・玉ねぎ・なす 枝豆・大根・水菜 パイナップル	
16	土	卵サンドパン 421/346kcal	魚肉ソーセージ コーンスープ バナナ・チーズ	おかし 麦茶	卵 魚肉ソーセージ チーズ	パン	バナナ	
4	月	ごはん 398/489kcal	スタミナ焼き肉 胡瓜のごま塩サラダ きのこ汁	♪フレンチトースト 麦茶・オレンジ ☆牛乳	油揚げ 豚肉 卵	ごはん パン	しめじ・えのき・椎茸 玉ねぎ・人参・長ねぎ キャベツ・ニラ・生姜 胡瓜・もやし・オレンジ	
5	火	ごはん 369/412kcal	カレイのねぎみそ焼き チーズのサラダ 冬瓜のみそ汁	枝豆 牛乳・★ぶどう☆バナナ ☆オレンジ	カレイ チーズ	ごはん	キャベツ・人参・枝豆・ねぎ 冬瓜・しめじ・オレンジ 玉ねぎ・ぶどう・バナナ	
6	水	ごはん 400/458kcal	豆腐ハンバーグ 春雨サラダ ニラ玉スープ	♪(6日)スティックパイ ♪(20日)きなこのおはぎ 牛乳・パイナップル ☆(6日)牛乳 ☆(20日)ヨーグルト	鶏ひき肉 豆腐 ひじき・卵 (20日)きなこ	ごはん 春雨	小松菜・人参 玉ねぎ・胡瓜・ニラ コーン・えのき パイナップル ズッキーニ	
7	木	ごはん 335/384kcal	鮭のごまマヨ焼き おくらの磯和え 麩となすのみそ汁 (21日さくら:焼きおにぎり)	♪かぼちゃドーナツ 牛乳・梨 ☆バナナ	鮭 のり	ごはん ごま 麩	おくら・もやし・胡瓜 なす・玉ねぎ・しめじ 長ねぎ・かぼちゃ 人参・梨・バナナ	
8	金	ごはん 491/536kcal	トマトハヤシ 海藻サラダ チーズ・キウイフルーツ	♪ピーチゼリー 麦茶・おせんべい ☆(8日)牛乳 ☆(22日)ヨーグルト	豚肉 海藻・わかめ チーズ	ごはん じゃが芋	人参・玉ねぎ・トマト マッシュルーム・胡瓜 レタス・桃缶 キウイフルーツ	
9	土	冷やしうどん 341/325kcal	胡瓜の塩昆布和え バナナタルト ★冷やしうどん	♪ホットケーキ 麦茶	揚げ玉・油揚げ・のり かまぼこ・塩昆布	うどん	胡瓜・人参・おくら・ねぎ 大葉・玉ねぎ・しめじ・バナナ	
29	金	★誕生会 お楽しみ給食★						

※献立内の青色は絵本「おむすびころりん」に出てくる「おにぎり」を提供します。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※13日はきく組がフルーツあんみつを作り、おやつに食べます。

※15日はふじ組がほうとうを作り、昼食に食べます。ふじ組の白飯はいりません。

※21日はさくら組が焼きおにぎりを作り、昼食に食べます。さくら組の白飯はいりません。

※27日はすみれ組が五平もちを作り、昼食に食べます。

※6・20日の豆腐ハンバーグはもも組の保護者からの紹介メニューです。

※29日は以上児の白飯はいりません。



## ♪『おむすびころりん』♪

はたらきもののじいさまがおむすびを食べようとしたらおむすびは転がって穴に落ちてしまうと・・・有名なお話ですね。保護者の皆さんも子どもの頃、お父さんやお母さん、先生に読んでもらったことでしょう。親から子、子から孫へずっと伝えていきたいお話ですね。是非、この機会にお子さんに読んであげて下さいね♪



※都合により献立、食材が変更になる場合があります。

※以上児のエネルギーは、主食を含んでいない時は未満児より低くなります。