



# こんげつの よてい こんだてひょう

## 平成25年 9月分

施設長	主任	担当者	

日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(日)									
2(月)	さつま芋シチュー 厚揚げと竹輪の煮物 パナナ	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	ビスコ 牛乳	ご飯 青菜和え	フェール活動表彰式	362	13.4	8.9	2.2
3(火)	ししゃもの磯辺揚げ 土佐和え オレンジ ほうじ茶	アイスクリーム	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 豆腐汁	金魚すくい	295	12.0	12.7	1.4
4(水)	五目納豆 さつま芋のバター煮 梨 ほうじ茶	おやつパン(ピーナツ)牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 栄養麩汁	流紋縮き工場見学	342	14.1	11.0	1.2
5(木)	昆布の寄せ煮 スクランブルエッグ ぶどう ほうじ茶	せんべい 牛乳	クラッカー スポロン	ご飯 ニラ汁		282	10.8	10.2	1.5
6(金)	カレーうどん 大根の柔らか煮 牛乳 グレープフルーツ	鮭おにぎり ジョア(プレーン)	りんごゼリー	カレーうどん 牛乳		469	17.4	10.6	2.6
7(土)	ソフトフランス(あん&バター) ころころスープ 牛乳 オレンジ	バナナ	せんべい ヤクルト	あん&バターパン 牛乳	親子陶芸教室	396	11.6	11.2	1.2
8(日)									
9(月)	お月見だんご汁 鶏肉のサッパリ煮 ぶどう	ドリンクヨーグルト 食べる小魚	Feuエハース 牛乳	ご飯 きやべつソテー		335	21.9	14.3	1.5
10(火)	焼き魚 さつま芋サラダ 梨 ほうじ茶	おやつパン(パンプキン)牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 若布汁	駅・消防署見学	360	15.4	17.6	0.8
11(水)	ハムカツ キャベツ和え パナナ ほうじ茶	焼き芋 ジョア(ストロベリー)	麩菓子 牛乳	ご飯 ニラ玉汁		383	13.2	7.9	1.2
12(木)	五色煮 半月玉子 オレンジ ほうじ茶	ビスコ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 なす汁		311	11.9	14.8	1.0
13(金)	お誕生会 ☆さつま芋ご飯 きのこ汁 ぶりの照り焼き 春雨サラダ 梨☆	アイスクリーム	ビスケット 牛乳	お楽しみ献立		482	14.7	23.9	1.6
14(土)	チョコサンド 厚揚げの挽肉煮 牛乳 パナナ	せんべい ヤクルト400	いちごヨーグルト	チョコサンド 牛乳		606	18.6	21.7	1.1
15(日)									
16(月)	敬老の日								
17(火)	ミートローフ 温野菜 グレープフルーツ ほうじ茶	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	Caウエハース 牛乳	ご飯 豆腐汁		296	17.2	7.6	1.6
18(水)	たらの紅葉揚げ 三色和え オレンジ ほうじ茶	おやつパン(甘バター)牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 栄養麩汁		272	14.8	10.0	0.8
19(木)	里芋と大根の煮物 厚焼き卵 ぶどう ほうじ茶	お月見だんご 牛乳	動物ビスケット スポロン	ご飯 小松菜汁	十五夜	343	14.7	14.9	1.0
20(金)	五目焼きそば ボイルウインナー 牛乳 梨	クラッカー チーズミルミル	ももゼリー	ご飯 牛乳		447	19.1	20.3	1.3
21(土)	ドックパン 豆乳 乾プルーン オレンジ	プリン せんべい	バナナ	ドックパン パナナ豆乳		612	19.5	20.3	1.9
22(日)									
23(月)	秋分の日								
24(火)	焼き肉 ビーフソテー パナナ ほうじ茶	ドリンクヨーグルト 食べる小魚	麩菓子 牛乳	ご飯 豆腐汁		299	17.7	12.8	1.3
25(水)	さんまの甘煮 スパゲティサラダ ぶどう ほうじ茶	おやつパン(ミルクリッチ)牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 大根汁		393	13.8	21.5	1.2
26(木)	切り干し大根の含め煮 スクランブルエッグ 梨 ほうじ茶	手作りおはぎ 麦茶	アスパラガス 牛乳	ご飯 若布汁		295	10.5	11.0	0.7
27(金)	ミートソーススパゲティレバーの甘煮 牛乳 パナナ	りんごゼリー せんべい	クラッカー ヤクルト	ご飯 牛乳		388	14.2	9.0	1.5
28(土)	☆運動会 ~具だくさん芋汁~					74	4.2	2.6	1.3
29(日)									
30(月)	きのこカレー 小女子甘煮 牛乳 梨	元気ヨーグルト おしゃぶり昆布	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		312	13.0	11.3	1.9

### 今月の食育目標

食事のマナーを

身につけよう!

☆非常食のチェックをしましょう☆

9月は防災月間です。いざという時のために食べ物の備蓄はしていますか? 飲料水や非常食は最低3日分が必要だと言われています。子どもの心を癒すことができるので、お菓子もあるとよいですね。また、食物アレルギーを持っているお子さんがいる場合は子どもに合った非常食を用意しておきましょう。

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。