



9月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2023年

日曜日	給食	おやつ
1 金	防災の日(豚丼・アルファ米使用・豆腐の味噌汁・ミネラルウォーター)	水・クラッカー
2 土	お楽しみごはん、コロコロ野菜、トマト、竹輪の清汁、フルーツ	麦茶、ブルーベリーパン
3 日		
4 月	ジャジャ麺、鶏手羽ハーフのスッパ煮、トマトサラダ、中華スープ、オレンジ	牛乳、ゴマスティック
5 火	ゆかりごはん、鯖の味噌焼、マカロニサラダ、ほうれん草の和え物、茄子の味噌汁、バナナ	麦茶、抹茶豆乳ケーキ
6 水	黒糖ロール、揚げミートボール、かぼちゃサラダ、わかめサラダ、押し麦スープ、グレープフルーツ	麦茶、きつねおにぎり
7 木	ごはん、豚肉の生姜焼き、れんこんサラダ、ブロッコリーの塩コンブ和え、きのこ汁、梨	麦茶、フルーツ寒天
8 金	五目炒飯、あげ餃子、もやしのナムル、トマト、たまごスープ、バナナ	カルピス、魅ラスク
9 土	ハッシュドポーク、キャベツサラダ、さつまいもスティック、豆腐スープ、フルーツ	麦茶、手作おこし
10 日		
11 月	冷やし中華、タンドリーチキン、ほうれん草とツナの和え物、バナナ	牛乳、かぼちゃのスイートポテト
12 火	ご当地グルメ宮城県(油麩丼、小松菜の胡麻和え、ブロッコリーのマヨ和え、はっと汁、パイナップル)	麦茶、ずんだ団子
13 水	ジャム食パン、鶏肉のカレーフライ、トマトのマリネ、青菜のソテー、ポテトチャウダー、梨	麦茶、クッパ
14 木	ごはん、ほっけの照り焼き、わかめの酢の物、彩り野菜のケチャップ炒め、豚汁、スイカ	牛乳、レモンケーキ
15 金	ポークカレーライス、キャベツサラダ、ウィンナー炒め、トマト、コンソメスープ、オレンジ	牛乳、ポップコーン
16 土	ミートごはん、トマトサラダ、コロコロ芋煮、わかめスープ、フルーツ	麦茶、ゼリー、お菓子
17 日		
18 月		
19 火	ふりかけごはん、鯖の生姜焼き、切り干し大根煮、ブロッコリーの和え物、水菜の味噌汁、バナナ	麦茶、プリンアラモード
20 水	鮭ごはん、鶏の唐揚げ、ポテトサラダ、大根の煮物、チーズ、なめこの味噌汁、オレンジ	麦茶、おはぎ
21 木	スパゲティミートソース、豆腐サラダ、かぼちゃのオリーブ焼、コーンスープ、梨	牛乳、チーズトースト
22 金	誕生日会(栗ごはん、手作りコロケ、コールスローサラダ、金平大根炒め、白玉麩入り清汁、ミカン)	牛乳、うさちゃんケーキ
23 土		
24 日		
25 月	ごはん、豚肉の香味焼き、春雨サラダ、小松菜のゴマ和え、じゃがいもの味噌汁、バナナ	麦茶、クロックムッシュ
26 火	ゴマごはん、鮭の西京焼、星ポテト、厚焼きたまご、れんこんの金平、豆腐の味噌汁、オレンジ	牛乳、くるくる蒸しパン
27 水	ミートパン、チキンの塩焼、ブロッコリーサラダ、金時豆煮、とろりんスープ、梨	麦茶、納豆巻き
28 木	中華丼、ししゃも焼き、大根サラダ、トマト、ニラ玉汁、パイナップル	牛乳、マシュマロタルレット
29 金	月見うどん、天ぷら(エビ入かき揚げ)、もやしのナムル、トマト、ウサギリんご	麦茶、月見だんご
30 土	すき焼き丼、マセドアンサラダ、トマト、板麩入り清汁、フルーツ	麦茶、リッツカナッペ

今月の平均 **3～5歳児** エネルギー **587kcal** たんぱく質 **22.0g**
 脂質 **19.8g** 塩分 **2.2g**

