



# 平成29年9月 給食献立表

両国・なかよし保育園

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	摂取量
1	金	牛乳 ごまスティック	非常食の五目ごはん 鶏の唐揚げ もやしのナムル けんちん汁 果物	パック牛乳 クラッカー	米 片栗粉 油 砂糖 ジャガイモ	鶏肉 かつお節 豆腐 牛乳	もやし きゅうり にんじん ごぼう 干し椎茸 ねぎ	528kcal
2	16 土	牛乳 ねじりせんべい	ごはん 肉豆腐 きゅうりの甘酢漬け みそ汁 果物	牛乳 ジャガイモもち	米 しらたき 砂糖 麩 ジャガイモ バター	豚肉 豆腐 かつお節 みそ 牛乳	玉ねぎ にんじん ねぎ きゅうり こまつな	505kcal
4	月	牛乳 リッツ	ドライカレー マセドアンサラダ ジュリアンスープ 果物	牛乳 せんべい りんごゼリー	米 油 小麦粉 ジャガイモ 砂糖	豚肉 チーズ ベーコン 牛乳	玉ねぎ にんじん セロリ ピーマン きゅうり もやし	575kcal
5	19 火	牛乳 カルシウムせんべい	サラダうどん 野菜のかき揚げ 果物	牛乳 チーズおかかおにぎり	うどん 砂糖 油 米 さつまいも 小麦粉	鶏肉 かつお節 チーズ 牛乳	わかめ きゅうり もやし ねぎ にんじん 昆布 玉ねぎ	589kcal
6	20 水	牛乳 おせんべい	麦ごはん ぎせい豆腐 枝豆入りサラダ 具だくさんみそ汁 果物	牛乳 手作りクッキー	米 押麦 油 砂糖 小麦粉 バター	鶏肉 豆腐 たまご 牛乳 かつお節 油揚げ みそ	にんじん 玉ねぎ こまつな 枝豆 きゅうり キャベツ 大根 ねぎ	582kcal
7	21 木	牛乳 クラッカー	ミルクパン 白身魚フライ トマトサラダ ジャガイモのポターージュ 果物	牛乳 そうめんチャンプルー	パン バター 油 砂糖 ジャガイモ 片栗粉	ホキ 牛乳 生クリーム ツナ	玉ねぎ キャベツ きゅうり トマト にんじん	509kcal
8	22 金	牛乳 ごまスティック	中華丼 大根ときゅうりの香り漬け わかめスープ 果物	牛乳 バナナカップケーキ	米 油 片栗粉 小麦粉 砂糖 バター	豚肉 うずら卵 牛乳	にんじん きゅうり もやし 白菜 チンゲン菜 大根 玉ねぎ	512kcal
9	30 土	牛乳 ねじりせんべい	五目うどん かぼちゃの含め煮 果物	牛乳 塩昆布おにぎり	うどん 砂糖 米 ごま	かつお節 鶏肉 牛乳	大根 にんじん ねぎ こまつな かぼちゃ 塩昆布	500kcal
11	25 月	牛乳 リッツ	スパゲティミートソース コーンサラダ 青菜スープ 果物	牛乳 二色おはぎ	スパゲティ 小麦粉 砂糖 もち米 米 ごま	豚肉 チーズ ベーコン 牛乳 きな粉	玉ねぎ にんじん キャベツ コーン こまつな しめじ	536kcal
12	26 火	牛乳 カルシウムせんべい	麦ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 煮浸し 沢煮椀 果物	牛乳 じゃが揚げくん	米 押麦 米麴 砂糖 ジャガイモ 油	鶏肉 油揚げ かつお節 豚肉 たまご 牛乳	ほうれんそう 大根 たけのこ にんじん ねぎ さやえんどう	548kcal
13	27 水	牛乳 おせんべい	ロールパン マカロニのクリーム煮 ごまドレサラダ 大根スープ 果物	牛乳 菜飯おにぎり	パン 油 マカロニ バター 砂糖 米	鶏肉 牛乳 チーズ ベーコン 豚肉	玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり 大根 コーン こまつな	530kcal
14	28 木	牛乳 クラッカー	海苔の佃煮ごはん 治部煮 ゆかりあえ みそ汁 果物	牛乳 オニオンブレッド	米 砂糖 片栗粉 油 こんにゃく 麩 里芋	鶏肉 かつお節 豆腐 みそ 牛乳 ベーコン	のり ごぼう にんじん キャベツ きゅうり なめこ ねぎ 玉ねぎ	521kcal
15	29 金	牛乳 ごまスティック	さつまいもごはん 魚の西京焼き おかかあえ すまし汁 果物	牛乳 ピザトースト	米 さつまいも 麩 パン ごま	鱈 みそ かつお節 ベーコン チーズ 牛乳	こまつな にんじん 白菜 ねぎ わかめ 玉ねぎ ピーマン	523kcal

※9月1日は防災の日のため、昼食には非常食のアルファ米を提供します。

※今月の果物は、デラウェア・梨・りんご・巨峰・オレンジ・バナナを予定しています。（入荷状況により日々の使用を決定しています。）

※献立（食材）は保育園の行事・その他の都合により変更になることがありますのでご了承下さい。献立が変更になった場合はお知らせします。