

9月の予定献立表

月

火

水

木

金

土

午前 (未満児のみ)			1	牛乳、白い風船	2	牛乳、クッキー	3	牛乳、クラッカー	4	牛乳、あられ	5	牛乳、せんべい
昼食			ごはん ピーマン汁 鶏肉とじゃがいものカレー炒め りんご	黒糖ロール 野菜スープ あじフライ ブロッコリーサラダ	ごはん 味噌汁 八宝菜 バナナ	ごはん すまし汁 鶏肉のチズピカタ 春雨サラダ	豚肉チャーハン チンゲン菜のスープ オレンジ					
午後			牛乳、せんべい	お茶、チズ焼きおにぎり	牛乳、フレンチトースト	牛乳、のり塩ポテト	牛乳、パイ菓子					
延長			お茶、ミレービスケット	お茶、クラッカー	お茶、あられ	お茶、スナック菓子	お茶、クラッカー					
午前 (未満児のみ)	7	牛乳、きなこ菓子	8	グレープジュース せんべい	9	牛乳、ビスケット	10	牛乳、クラッカー	11	牛乳 ウエハース	12	牛乳 パイ菓子
昼食	ごはん ソーセージとキャベツのスープ 鶏のおろしソースかけ ほうれん草のおかか和え	ブルコギ丼 中華スープ もやしのナムル	ごはん 春雨スープ さわらの味噌マヨドレ焼き 小松菜のごま和え	あんかけ焼きそば キャベツのサラダ 梨	ごはん すまし汁 とり天 白菜と人参のゆかり和え	ごはん 白菜のスープ 鶏肉のトマト煮						
午後	牛乳、ココアホットケーキ	牛乳、ボンデケーキ	ヤクルト パイ菓子	牛乳、スイートポテト	牛乳、クッキー(市販)	牛乳、せんべい						
延長	お茶、ミレービスケット	お茶、あられ	お茶、スナック菓子	お茶、せんべい	お茶、クラッカー	お茶、スナック菓子						
午前 (未満児のみ)	14	牛乳、きなこ菓子	15	牛乳、ボーロ	16	牛乳、リッツ	17	牛乳、せんべい	18	牛乳、あられ	19	牛乳 クラッカー
昼食	ポークカレー 大根サラダ バナナ	🌸お月見🌸 ごはん 味噌汁 カレーの煮つけ 白菜の和え物	ごはん 野菜スープ ポークチャップ 付)ブロッコリー	🌸敬老の日給食🌸 さつまいもご飯 すまし豚汁 鶏肉の味噌照り焼き 三色なます	★食育の日★ ごはん レタスの味噌汁 きのこ鮭のホイル焼き つぶつぶ	三色そばろ丼 すまし汁 りんご						
午後	お茶 ミルクプリン	牛乳、お月見団子	牛乳、ビスケット	牛乳、おはぎ	牛乳、ぼつぼ焼き	牛乳、せんべい						
延長	お茶、ミレービスケット	お茶、クラッカー	お茶、スナック菓子	お茶、ミレービスケット	お茶、せんべい	お茶、スナック菓子						
午前 (未満児のみ)	21		22		23	牛乳、ウエハース	24	牛乳、ボーロ	25	アップルジュース ハッピーターン	26	牛乳、きなこ菓子
昼食	🌸敬老の日🌸	🌸秋分の日🌸	ごはん わかめスープ ジャージャン豆腐 もやしの中華和え	食パン きのこスープ タンポポチキン ゴマダレサラダ	🍰お誕生日給食🍰 わかめごはん 味噌汁 煮込みハンバーグ ひじきとれんこんのマヨ和え	味噌煮込みうどん 切干大根の和え物 オレンジ						
午後			牛乳、さつまいも蒸しパン	牛乳、ジャムスコーン	牛乳 ロールケーキ(市販)	牛乳、ビスケット						
延長			お茶、ミレービスケット	お茶、クラッカー	お茶、せんべい	お茶、スナック菓子						
午前 (未満児のみ)	28	牛乳、ビスコ	29	牛乳、パイ菓子	30	牛乳、リッツ						
昼食	ごはん すまし汁 赤魚のから揚げ ほうれん草としめじのお浸し	きのこスパゲティ トマトスープ ぶどう	ごはん かぼちゃのスープ 鶏肉のナッツフライ みかんサラダ									
午後	ジョア せんべい	牛乳、四角いメロンパン	お茶、ゼリー(市販)									
延長	お茶、クラッカー	お茶、スナック菓子	お茶、せんべい									

牛乳、白い風船



発行日: 令和2年9月

作成者: 守口

+

給食だより

🌸 日中はまだ暑さが残りますが、朝夕の風は秋の気配を感じさせるようになりました。秋の味覚といえ、さつまいも・栗・サンマ・きのこ・ブドウ・梨・新米等たくさんの食材が楽しませてくれます。秋は食欲もぐんとアップし、好き嫌いをなくす良い機会になるかもしれません。給食でもできるだけ秋の食材を取り入れていきたいと思っています。

🌸 毎月19日は、食育の日で日本各地の郷土料理を提供いたします。今月(18日)は甲信越地方の郷土料理です。「つぶつぶ」は、長野県松代地区の野菜をつぶのように小さめに切って煮た料理です。見た目がつぶつぶしていることからそう呼ばれています。「ぼつぼ焼き」は、新潟県下越地方でみられる長細いパンのような黒砂糖のお菓子です。「ぼつぼ」とは、焼き器の蒸気口にはづれかけポーとなる音で客寄せしたことが由来とされており、一部では蒸気パンともいわれています。

献立平均給食と栄養量

エネルギー	未満児 473kcal・以上児 518kcal
たんぱく質	未満児 18.8g・以上児 21.2g
脂質	未満児 15.1g・以上児 15.7g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

9月の予定献立表(完了期)



発行日: 令和2年9月

作成者: 守口

+

給食だより

☀ 日中はまだ暑さが残りますが、朝夕の風は秋の気配を感じさせるようになりました。秋の味覚といえ、さつまいも・栗・サンマ・きのこ・ブドウ・梨・新米等たくさんの食材が楽しませてくれます。秋は食欲もぐんとアップし、好き嫌いをなくす良い機会になるかもしれません。給食でもできるだけ秋の食材を取り入れていきたいと思っています。

☀ 毎月19日は、食育の日で日本各地の郷土料理を提供いたします。今月(18日)は甲信越地方の郷土料理です。「つぶつぶ」は、長野県松代地区の野菜をつぶのように小さめに切って煮た料理です。見た目がつぶつぶしていることからそう呼ばれています。「ぼっぽ焼き」は、新潟県下越地方でみられる長細いパンのような黒砂糖のお菓子です。「ぼっぽ」とは、焼き器の蒸気口に笛をつけポーポーとなる音で客寄せしたことが由来とされており、一部では蒸気パンともいわれています。

献立平均給食と栄養量

エネルギー	未満児 473kcal・以上児 518kcal
たんぱく質	未満児 18.8g・以上児 21.2g
脂質	未満児 15.1g・以上児 15.7g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

	月	火	水	木	金	土
午前 (未満児のみ)		1	2	3	4	5
牛乳、白い風船	牛乳、白い風船	牛乳、クッキー	牛乳、クラッカー	牛乳、あられ	牛乳、せんべい	
昼食	ごはん ビーフ汁 鶏肉とじゃがいも炒め りんご	黒糖ロール 野菜スープ あじフライ ブロッコリーサラダ	ごはん 味噌汁 八宝菜 バナナ	ごはん すまし汁 鶏肉のチースピカタ 春雨サラダ	豚肉チャーハン チンゲン菜のスープ オレンジ	
午後	牛乳、せんべい	お茶、チース焼きおにぎり	牛乳、フレンチトースト	牛乳、のり塩ポテト	牛乳、パイ菓子	
延長	お茶、ミレービスケット	お茶、クラッカー	お茶、あられ	お茶、スナック菓子	お茶、クラッカー	
午前 (未満児のみ)	7	8	9	10	11	12
牛乳、きなこ菓子	牛乳、きなこ菓子	牛乳、きなこ菓子	牛乳、ビスケット	牛乳、クラッカー	牛乳、ウエハース	牛乳、パイ菓子
昼食	ごはん ソーセージとキャベツのスープ 鶏のおろしソースかけ ほうれん草のおかか和え	ブルコギ丼 中華スープ もやしのナムル	ごはん 春雨スープ さわらの味噌マヨドレ焼き 小松菜のごま和え	あんかけ焼きそば キャベツのサラダ 梨	ごはん すまし汁 とり天 白菜と人参のゆかり和え	ごはん 白菜のスープ 鶏肉のトマト煮
午後	牛乳、ココアホットケーキ	牛乳、ボンデケーキ	ヤクルト パイ菓子	牛乳、スイートポテト	牛乳、クッキー(市販)	牛乳、せんべい
延長	お茶、ミレービスケット	お茶、あられ	お茶、スナック菓子	お茶、せんべい	お茶、クラッカー	お茶、スナック菓子
午前 (未満児のみ)	14	15	16	17	18	19
牛乳、きなこ菓子	牛乳、きなこ菓子	牛乳、ボーロ	牛乳、リッツ	牛乳、せんべい	牛乳、あられ	牛乳、クラッカー
昼食	ポークハヤシ 大根サラダ バナナ	🌸お月見🌸 ごはん 味噌汁 カレーの煮つけ 白菜の和え物	ごはん 野菜スープ ポークチャップ 付)ブロッコリー	🌸敬老の日給食🌸 さつまいもご飯 すまし豚汁 鶏肉の味噌照り焼き 三色なます	★食育の日★ ごはん レタスの味噌汁 きのこ鮭のホイル焼き つぶつぶ	三色そばろ井 すまし汁 りんご
午後	お茶 ミルクプリン	牛乳、せんべい	牛乳、ビスケット	牛乳、おはぎ	牛乳、ぼっぽ焼き	牛乳、せんべい
延長	お茶、ミレービスケット	お茶、クラッカー	お茶、スナック菓子	お茶、ミレービスケット	お茶、せんべい	お茶、スナック菓子
午前 (未満児のみ)	21	22	23	24	25	26
牛乳、きなこ菓子	牛乳、きなこ菓子	牛乳、ウエハース	牛乳、ボーロ	アップルジュース ハッピーターン	牛乳、きなこ菓子	
昼食	🌸敬老の日🌸	🌸秋分の日🌸	ごはん わかめスープ ジャージャン豆腐 もやしの中華和え	食パン きのこスープ オーロラチキン ゴマダレサラダ	🌸お誕生日給食🌸 わかめごはん 味噌汁 煮込みハンバーグ ひじきとれんこんのマヨ和え	味噌煮込みうどん 切干大根の和え物 オレンジ
午後			牛乳、さつまいも蒸しパン	牛乳、ジャムスコーン	牛乳 ロールケーキ(市販)	牛乳、ビスケット
延長			お茶、ミレービスケット	お茶、クラッカー	お茶、せんべい	お茶、スナック菓子
午前 (未満児のみ)	28	29	30			
牛乳、ビスコ	牛乳、ビスコ	牛乳、パイ菓子	牛乳、リッツ			
昼食	ごはん すまし汁 赤魚のから揚げ ほうれん草としめじのお浸し	きのこスパゲティ トマトスープ ぶどう	ごはん かぼちゃのスープ 鶏肉のナッツフライ みかんサラダ			
午後	ジョア せんべい	牛乳、四角いメロンパン	お茶、ゼリー(市販)			
延長	お茶、クラッカー	お茶、スナック菓子	お茶、せんべい			

牛乳、白い風船

2020年度 9月の離乳食献立表 初期



廿日市保育園

日	曜	午前食	食材名
1	火	10倍粥、白菜スープ	米、はくさい、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
2	水	にんじん粥、野菜スープ	米、にんじん、チンゲンサイ、だいこん、ブロッコリー、さつまいも、こんぶだし、片栗粉
3	木	さつまいも粥、だいこんスープ	米、さつまいも、だいこん、たまねぎ、にんじん、はくさい、こんぶだし、片栗粉
4	金	10倍粥、キャベツスープ	米、キャベツ、さつまいも、にんじん、きゅうり、こんぶだし、片栗粉
5	土	10倍粥、チンゲン菜のスープ	米、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、さつまいも、こんぶだし、片栗粉
6	日		
7	月	さつまいも粥、青菜のスープ	米、さつまいも、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
8	火	10倍粥、だいこんスープ	米、だいこん、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
9	水	10倍粥、小松菜のスープ	米、こまつな、はくさい、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
10	木	10倍粥、野菜スープ	米、にんじん、たまねぎ、キャベツ、こんぶだし、片栗粉
11	金	さつまいも粥、ほうれんそうスープ	米、さつまいも、ほうれんそう、にんじん、はくさい、こんぶだし、片栗粉
12	土	10倍粥、白菜スープ	米、はくさい、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、こんぶだし、片栗粉
13	日		
14	月	10倍粥、大根スープ	米、だいこん、きゅうり、じゃがいも、にんじん、こんぶだし、片栗粉
15	火	さつまいも粥、たまねぎのスープ	米、さつまいも、たまねぎ、だいこん、ほうれんそう、はくさい、こんぶだし、片栗粉
16	水	10倍粥、野菜スープ	米、チンゲンサイ、ブロッコリー、にんじん、さつまいも、こんぶだし、片栗粉
17	木	さつまいも粥、はくさいスープ	米、さつまいも、はくさい、にんじん、だいこん、こんぶだし、片栗粉
18	金	10倍粥、じゃがいものスープ	米、じゃがいも、だいこん、にんじん、こんぶだし、片栗粉
19	土	さつまいも粥、だいこんスープ	米、さつまいも、だいこん、ほうれんそう、にんじん、こんぶだし、片栗粉
20	日		
21	月	敬老の日🍁	
22	火	秋分の日🌙	
23	水	10倍粥、野菜スープ	米、たまねぎ、だいこん、キャベツ、こまつな、こんぶだし、片栗粉
24	木	さつまいも粥、にんじんスープ	米、さつまいも、にんじん、きゅうり、たまねぎ、ブロッコリー、こんぶだし、片栗粉
25	金	10倍粥、さつまいものスープ	米、さつまいも、だいこん、こまつな、にんじん、こんぶだし、片栗粉
26	土	さつまいも粥、はくさいスープ	米、さつまいも、はくさい、にんじん、きゅうり、こんぶだし、片栗粉
27	日		
28	月	さつまいも粥、ほうれんそうのスープ	米、さつまいも、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
29	火	10倍粥、野菜スープ	米、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、こんぶだし、片栗粉
30	水	さつまいも粥、かぼちゃのスープ	米、さつまいも、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、こんぶだし、片栗粉

※園の都合により献立を変更する場合があります。