



9月予定および献立表



令和5年8月18日
堀江敬愛保育園

日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1 金	始業式 習字 シーツ交換 (ひよこ)	ハーベスト	豚肉オイスターソース 大豆サラダ ★クリームコーンと卵のスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、生姜、オイスターソース、醤油 大豆、胡瓜、人参、キャベツ、ちりめんじゃこ、醤油、酢、三温糖 ★クリームコーン缶、卵、青ねぎ、中華だし、醤油、塩	●ホイップサンド 食パン、豆乳ホイップ、いちご、砂糖 ●牛乳
2 土		ビスコ	チキンライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、コンソメ、ケチャップ ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、酢、三温糖、醤油 じゃが芋、ほうれん草、コンソメ	★どら焼き HM、牛乳、卵、小豆、豆乳ホイップ、砂糖 ●牛乳
3 日					
4 月	身体測定 体育あそび	エース コイン	さっぱり梅唐揚げ/ブロッコリー ツナサラダ みそ汁	鶏肉、片栗粉、梅、三温糖、醤油、みりん、酢、酒/ブロッコリー ツナ、キャベツ、人参、胡瓜、大根、酢、醤油、三温糖 なす、油揚げ、青ねぎ、味噌	●お麩ラスク(ココア) お麩、マーガリン、砂糖、ココア ●牛乳
5 火	身体測定 E~たいむ	どうぶつ ビスケット	豚丼 ひじき煮 みそ汁	豚肉、玉葱、しらたき、青ねぎ、酒、みりん、三温糖、醤油 ひじき、人参、竹輪、大豆、いんげん、三温糖、醤油、みりん キャベツ、もやし、青ねぎ、味噌	●ポパイケーキ HM、ほうれん草、牛乳、スキムミルク、砂糖 ●牛乳
6 水		アンパンマン せんべい	鮭きのこあんかけ おかか和え けんちん汁	鮭、玉ねぎ、しめじ、えのき、エリンギ、青ねぎ、醤油、三温糖、酒、中華だし、片栗粉 白菜、ほうれん草、人参、花かつお、みりん、三温糖、醤油 鶏肉、油揚げ、ごぼう、人参、椎茸、大根、青ねぎ、酒、醤油	フライドポテト フライドポテト、塩 ●牛乳
7 木		アスバラガス ビスケット	●肉団子と野菜の甘酢あんかけ かにかまサラダ みそ汁	肉団子、玉ねぎ、人参、ピーマン、三温糖、みりん、醤油、ケチャップ、酢、片栗粉 かにかま、キャベツ、胡瓜、人参、醤油、三温糖、酢 豆腐、里芋、青ねぎ、味噌	夕焼けおにぎり 人参、じゃこ、醤油、酒、みりん ●牛乳
8 金	習字	ハーベスト	麻婆丼 ナムル ★ふわとろスープ	豚ミンチ、玉ねぎ、ニラ、豆腐、テンメンジャン、醤油、ソース、味噌、三温糖、酒、中華だし、片栗粉 もやし、人参、ほうれん草、醤油、三温糖、ごま、ごま油 卵、トマト、青ねぎ、中華だし、塩	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、砂糖、バナナ、みかん缶 ●ビスケット
9 土	家庭の日	ビスコ	焼きそば ブロッコリーごま和え みそ汁	焼きそば麺、豚肉、もやし、玉葱、人参、焼きそばソース ブロッコリー、にんじん、ごま、みりん、醤油、三温糖 豆腐、油揚げ、青ねぎ、味噌	わらび餅風ゼリー アガー、砂糖、ゼラチン、きなこ、砂糖、塩 ●牛乳
# 日					
# 月	体育あそび シーツ交換 (いぬ)	エース コイン	鶏肉ごま風味焼き/付野菜 切り干し大根ケチャップ煮 みそ汁	鶏肉、醤油、みりん、酒、ごま、ごま油/ゆかりキャベツ 鶏肉、切り干し大根、人参、うす揚げ、中華だし、ケチャップ、醤油、酒 もやし、さつま芋、青ねぎ、味噌	●チーズサンド 食パン、チーズ、マーガリン ●牛乳
# 火	E~たいむ シーツ交換 (くま)	どうぶつ ビスケット	ビビンバ ●蒸しシュウマイ わかめスープ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、切り干し大根、中華だし、醤油、味噌、ソース、三温糖、ごま油 シュウマイの皮、鶏肉、パン粉、玉葱、キャベツ、ごま 玉葱、わかめ、中華だし、醤油	●豆腐ドーナッツ 豆腐、HM、牛乳、スキムミルク、砂糖、きなこ ●牛乳
# 水	シーツ交換 (りす)	アンパンマン せんべい	さつま芋ご飯 / 鯖香味焼き ハムサラダ ★サンラータン	さつま芋、塩 / 鯖、大葉、レモン果汁、醤油、ごま、酒、みりん、三温糖 ハム、キャベツ、胡瓜、コーン、醤油、三温糖、酢 卵、豚肉、白菜、人参、椎茸、春雨、中華だし、醤油、酢	●ヨーグルト蒸しパン HM、ヨーグルト、砂糖、レーズン ●牛乳
# 木	シーツ交換 (うさぎ)	アスバラガス ビスケット	豚肉生姜焼き マカロニサラダ みそ汁	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、生姜、醤油、三温糖、みりん マカロニ、ツナ、人参、胡瓜、マヨドレ 大根、ほうれん草、青ねぎ、味噌	●マシュマロおこし マシュマロ、フルグラ、マーガリン ●牛乳
# 金	習字 (参観) シーツ交換 (ひよこ)	ハーベスト	●ミートスパゲティ コールスローサラダ フルーツ	ミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、トマトピューレ、チーズ、薄力粉、三温糖、コンソメ、ケチャップ キャベツ、人参、胡瓜、レーズン、コーン、醤油、酢、三温糖 パイン缶	かやくごはん 味噌、いちじく、にんじん、ごぼう、酒、醤油、みりん ●牛乳
# 土		ビスコ	炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、玉葱、人参、小松菜、醤油、中華だし、ごま油 胡瓜、キャベツ、コーン、酢、三温糖、醤油、中華だし、ごま油 白菜、ニラ、中華だし、醤油	おからクッキー おから、HM、砂糖、豆乳、油 ●牛乳
# 日					

日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
18 月	<敬老の日>				
19 火	E~たいむ	どうぶつ ビスケット	鶏肉マーマレード焼き/付野菜 かぼちゃサラダ きのこスープ	鶏肉、マーマレード、醤油 / ほうれん草 じゃが芋、かぼちゃ、胡瓜、人参、レーズン、マヨドレ しめじ、えのき、玉ねぎ、コンソメ	●ココア蒸しパン HM、牛乳、スキムミルク、ココア、砂糖 ●牛乳
20 水	栗拾い (いぬ)	アンパンマン せんべい	鯖西京焼き じゃこサラダ ずまし汁	鯖、みそ、三温糖、みりん、酒 キャベツ、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ、酢、三温糖、醤油 豆腐、かまぼこ、三つ葉、醤油、塩、酒	ふかし芋 さつま芋 ●牛乳
21 木	誕生日会	アスバラガス ビスケット	キーマーカレー みかんサラダ ●ヨーグルト	キーマー、玉ねぎ、人参、じゃが芋、コーン、ルウ キャベツ、人参、胡瓜、みかん缶、醤油、酢、三温糖 ヨーグルト、砂糖	★●パースデーケーキ スポンジ、豆乳ホイップ、砂糖、みかん缶、キウイ ●牛乳
22 金	避難訓練	ハーベスト	★ツナ寿司 平天とじゃが芋煮物 ずまし汁	ツナ、大葉、胡瓜、ごま、のり、鰹糸、酢、三温糖、みりん、塩 平天、じゃが芋、人参、椎茸、しらたき、いんげん、みりん、三温糖、醤油 白玉麩、わかめ、三つ葉、醤油、塩、酒	●プリン せんべい(ぼたぼた焼き) ●牛乳
23 土	<秋分の日>				
24 日					
25 月	体育あそび シーツ交換 (いぬ)	エース コイン	★冷やし中華 春巻き フルーツ	中華麺、豚肉、胡瓜、錦糸卵、トマト、タレ 春巻きの皮、タケノコ、人参、キャベツ、ねぎ 黄桃缶	鯖缶の炊き込みご飯 鯖缶、しめじ、人参、油揚げ、塩昆布 ●牛乳
26 火	シーツ交換 (くま)	どうぶつ ビスケット	●パン / ●パン/キンシチュー コーンサラダ ●チーズ ●ヨーグルト	パン / 鶏肉、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、しめじ、牛乳、ルウ キャベツ、胡瓜、コーン、人参、酢、醤油、三温糖 スティックチーズ	さつま芋ぜんざい さつま芋も、小豆、砂糖 ●牛乳
27 水	シーツ交換 (りす)	アンパンマン せんべい	たらのおろし煮 ★高野豆腐卵とじ みそ汁	たら、片栗粉、大根、醤油、三温糖、みりん 高野豆腐、人参、かまぼこ、三つ葉、卵、醤油、三温糖、みりん キャベツ、ほうれん草、青ねぎ、味噌	おはぎ もち米、小豆、きなこ、三温糖 ●牛乳
28 木	シーツ交換 (うさぎ)	アスバラガス ビスケット	鶏肉の照り焼き 切り干し大根酢の物 豚汁	鶏肉、酒、三温糖、醤油、みりん かにかま、切り干し大根、人参、胡瓜、酢、三温糖、醤油 豚肉、ごぼう、人参、白菜、青ねぎ、味噌	★●スイートポテト さつま芋も、卵、牛乳、砂糖 ●牛乳
29 金	シーツ交換 (ひよこ)	ハーベスト	ゆかりご飯 / 筑前煮 磯和え みそ汁	ゆかり / 鶏肉、れんこん、ごぼう、人参、しらたき、椎茸、インゲン、醤油、三温糖、みりん 白菜、ほうれん草、人参、のり、醤油、三温糖、みりん 里芋、厚揚げ、青ねぎ、味噌	●きなこ揚げパン ロールパン、きなこ、三温糖 ●牛乳
30 土		ビスコ	らーめん 中華酢の物 ゼリー	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、コーン、青ねぎ、中華だし、醤油、酒、塩 ハム、胡瓜、人参、もやし、酢、醤油、三温糖、ごま油 ミニゼリー	五平餅 お米、味噌、三温糖、みりん、ごま、 ●牛乳

- は乳、★は卵を使用している献立です。
- ・献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。
- ・アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

今月の一人あたりの栄養量(3歳以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	591	22	16.4	232	2.1	184	0.28	0.32	16	-	1.7
平均	596	21.3	18.7	250	2.4	195	0.39	0.42	19	4.4	1.7