



# 9月予定および献立表



2021年8月20日  
彩都宿久庄敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 水		豚肉のしょうが炒め ★マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、しょうが マカロニ、ハム、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ 油揚げ、茄子、青ねぎ、味噌	おにぎり
2 木		鱈のおろし煮 酢味噌和え すまし汁	鱈、大根 竹輪、いか、人参、胡瓜、ごま、味噌 豆腐、えのき、三つ葉	●いももち ●牛乳
3 金	布団丸洗い	★三色丼 大豆サラダ 味噌汁	鶏ミンチ、卵、いんげん、しょうが ちりめんじゃこ、大豆、胡瓜、人参、キャベツ しめじ、かぼちゃ、味噌	●メロンパントースト ●牛乳
4 土		チキンライス キャベツとみかんのサラダ コンソメスープ	鶏肉、コーン、玉ねぎ、人参、いんげん キャベツ、胡瓜、みかん缶 じゃがいも、玉ねぎ、パセリ	ちんすこう ●牛乳
5 日				
6 月		鶏肉の唐揚げ・葱ソース/添野菜 お浸し すまし汁	鶏肉、青ねぎ/ミニトマト ほうれん草、人参、白菜 わかめ、かまぼこ、三つ葉	●ジャムサンド ●牛乳
7 火		焼肉 カニカマサラダ ★サンラータン	牛肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、にんにく、しょうが、味噌 カニカマ、人参、胡瓜、キャベツ 卵、白菜、人参、春雨、たけのこ、椎茸、青ねぎ	★●りんごケーキ ●牛乳
8 水		★●冷やし中華 春巻き ゼリー	中華麺、焼き豚、錦糸卵、トマト、胡瓜 春巻き ミニゼリー	かやくご飯
9 木	秋まつりごっこ シーツ交換	鮭のきのこあんかけ 切り干し大根煮 味噌汁	鮭、しめじ、えのき、エリンギ 切り干し大根、油揚げ、しらたき、人参 もやし、さつまいも、青ねぎ、味噌	フライドポテト ●牛乳
10 金	E～たいむ	わかめご飯/豚肉のしぐれ煮 じゃこサラダ 味噌汁	わかめ/豚肉、ごぼう、人参、玉ねぎ、いんげん ちりめんじゃこ、キャベツ、コーン、胡瓜、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ	さつまいも蒸しパン ●牛乳
11 土	家庭の日	お弁当		きなこマカロニ ●牛乳
12 日				
13 月		鯖のソース煮/添野菜 酢の物 ★かき玉汁	鯖/ほうれん草 ちりめんじゃこ、胡瓜、大根、人参 卵、えのき、三つ葉	●プリン せんべい
14 火		●ハヤシライス コーンサラダ フルーツ	豚肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、ルウ キャベツ、コーン、レーズン、パセリ バナナ	★お好み焼き
15 水		肉じゃが ボン酢和え 味噌汁	牛肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、いんげん、しらたき 竹輪、キャベツ、胡瓜、人参 豆腐、油揚げ、青ねぎ、味噌	●きなこ揚げパン ●牛乳

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
16 木		鶏肉のマーマレード焼き/添野菜 コールスローサラダ コンソメスープ	鶏肉/ブロッコリー キャベツ、コーン、パプリカ、レーズン、パセリ 玉ねぎ、人参、しめじ	★●スイートポテト ●牛乳
17 金	栗拾い (いぬ)	★●つくね焼き/添野菜 平天と野菜の煮物 味噌汁	鶏ミンチ、玉ねぎ、パン粉、卵、牛乳、味噌/キャベツ、ゆかり 平天、しらたき、椎茸、じゃがいも、人参、いんげん ほうれん草、大根、味噌	●フルーツヨーグルト クラッカー
18 土	人形劇 いぬ組発表	炒飯 中華サラダ わかめスープ	豚肉、人参、玉ねぎ、青ねぎ もやし、胡瓜、人参 わかめ、大根、チンゲン菜	●チーズホットケーキ ●牛乳
19 日				
20 月	敬老の日			
21 火	お月見会	★ツナ寿司 ひじき煮 すまし汁/ゼリー	ツナ、錦糸卵、胡瓜、大葉、ごま、のり 竹輪、ひじき、人参、いんげん、しらたき 麩、わかめ、三つ葉/ミニゼリー	お月見ぜんざい ●牛乳
22 水	誕生会	●ビーフカレー シーフードサラダ フルーツ	牛肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ルウ えび、いか、コーン、キャベツ オレンジ	★●パースデーケーキ ●牛乳
23 木	秋分の日			
24 金	E～たいむ	豚肉とキャベツの味噌炒め ★●春雨サラダ ★コーンと卵のスープ	豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、玉ねぎ、しょうが、味噌 ハム、春雨、胡瓜、人参 卵、クリームコーン、青ねぎ	●シュガートースト ●牛乳
25 土	家庭の日	お弁当		●シリアルクッキー ●牛乳
26 日				
27 月		●肉団子の甘酢あんかけ/添野菜 ナムル 中華スープ	肉団子/ブロッコリー ほうれん草、人参、もやし にら、白菜	●コロケ ●牛乳
28 火	避難訓練	★●パン/●パンキンシチュー りんごサラダ ●チーズ	パン/鶏肉、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、しめじ、牛乳、ルウ りんご、キャベツ、胡瓜、レーズン キャンディチーズ	玄米おにぎり
29 水		ゆかりご飯/筑前煮 おかか和え 味噌汁	ゆかり/鶏肉、ごぼう、たけのこ、人参、蓮根、こんにやく、椎茸、いんげん 小松菜、白菜、かまぼこ、かつお節 しめじ、キャベツ、青ねぎ、味噌	フルーツゼリー ★●パウムクーヘン ●牛乳
30 木	シーツ交換	鯛の野菜あんかけ じゃことひじきのサラダ 味噌汁	鯛、玉ねぎ、人参、もやし ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、胡瓜、パプリカ、コーン 豆腐、さつまいも、青ねぎ、味噌	●お麩ラスク ●牛乳

・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。

・かまぼこ、ちくわ、かにかまなどの練り製品や、食肉加工品(ハム、ウインナー、ベーコン)は、卵・乳不使用です。

・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。

	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	568	21.3	15.8	225	2.3	259	0.32	0.36	23	3.6	1.6未満
平均	594	21.4	17.1	215	2.1	239	0.33	0.39	24	3.5	1.6