



# 9月献立表



2024.8.30 納内保育園

| 日        | 曜         | 食              |               |   | 備考          |                          |                           |
|----------|-----------|----------------|---------------|---|-------------|--------------------------|---------------------------|
|          |           | 午前おやつ<br>3歳未満児 | 全園児           | 午後おやつ<br>全園児                                |             |                          |                           |
| 2        | ⑬         | 月              | 牛乳<br>オレンジ    | チンジャオロース ブロッコリーの塩昆布和え<br>みそ汁(人参・大根) キウイ     | 焼きのり<br>ごはん | 牛乳<br>セサミドーナツ            | 3歳以上児<br>おにぎりの日           |
| 3        |           | 火              | 牛乳<br>バナナ     | ハンバーグ コールスローサラダ<br>みそ汁(ほうれん草・しめじ) パイン       | ごはん         | 牛乳<br>いも団子               |                           |
|          | 17        | 火              | 牛乳<br>バナナ     | お月見ハンバーグ コールスローサラダ<br>みそ汁(ほうれん草・しめじ) うさぎりんご | ごはん         | 牛乳<br>かぼちゃ団子             |                           |
| 4        | 18        | 水              | 牛乳<br>キウイ     | ほっけフライ 五目とえ<br>みそ汁(高野豆腐・キャベツ) ミニトマト         | ごはん         | 牛乳 ☆小魚<br>コーンフレーク<br>バナナ |                           |
| 5        | 19        | 木              | 牛乳<br>梨       | わかめラーメン さつま芋のひじき煮 オレンジ                      |             | 麦茶<br>シバー入り<br>お好み焼き     |                           |
| 6<br>収穫祭 | 20        | 金              | フルーツ<br>ヨーグルト | ポークカレー たたききゅうりのごま醤油漬け<br>ヤクルト ミニトマト         | ごはん         | 牛乳<br>りんご<br>せんべい        |                           |
| 7        | 21        | 土              | 牛乳<br>果物      | きのこスパゲティ さつまいもの甘煮 バナナ 麦茶                    |             | 牛乳<br>お菓子                | 3歳以上児<br>ご飯は必要<br>ありません   |
| 9        | ⑳         | 月              | 牛乳<br>バナナ     | 肉じゃが ごま酢和え<br>みそ汁(豆腐・わかめ) 梨                 | 焼きのり<br>ごはん | 牛乳 ☆昆布<br>フレンチトースト       | 3歳以上児<br>おにぎりの日           |
| 10       | 24<br>お彼岸 | 火              | 牛乳<br>オレンジ    | 魚のパン粉焼き ブロッコリーのチキンサラダ<br>コーンスープ キウイ         | ぶどうパン       | 麦茶 おしるこ<br>麦茶 おはぎ        | 3歳以上児<br>主食がパンで<br>もよい日です |
| 11       | 25        | 水              | 牛乳<br>キウイ     | かぼちゃのコロケ 納豆あえ<br>みそ汁(えのき・揚げ) ミニトマト          | ごはん         | フルーツ<br>ヨーグルト<br>ウエハース   |                           |
| 12       | 26        | 木              | 牛乳<br>梨       | カレーうどん ほうれん草のしらすあえ パイン                      |             | 牛乳<br>ホットケーキ             |                           |
| 13       |           | 金              | フルーツ<br>ヨーグルト | 厚揚げの中華煮 中華きゅうり<br>みそ汁(小松菜・なめこ) キウイ          | ごはん         | 牛乳<br>じゃがピザ              |                           |
|          | 27<br>誕生会 | 金              | フルーツ<br>ヨーグルト | ☆☆☆焼肉BBQランチ☆☆☆<br>おにぎり 焼肉 シャインマスカット ジュース    |             | 牛乳<br>ケーキ                | 3歳以上児<br>ご飯は必要<br>ありません   |
| 14       | 28        | 土              | 牛乳<br>果物      | サンドイッチ(いちごジャム) ジャーマンポテト<br>牛乳 オレンジ          |             | ゼリー<br>お菓子               | 3歳以上児<br>ご飯は必要<br>ありません   |
|          | 30        | 月              | 牛乳<br>バナナ     | 肉じゃが ごま酢和え<br>みそ汁(豆腐・わかめ) 梨                 | 焼きのり<br>ごはん | 牛乳 ☆昆布<br>フレンチトースト       | 3歳以上児<br>おにぎりの日           |

\*9月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 470kcal、たんぱく質 17.6g、脂質 15.7gが平均給与量です。

\*9月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 376kcal、たんぱく質 16.6g、脂質 16.4gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。