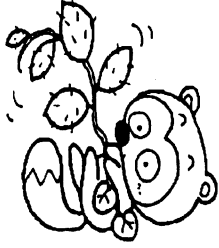


R8年度 9月 こんだて表

天昌寺保育園

	月	火	水	木	金	土
		1 び・スイミング	2 誕生会	3	4	5
		牛乳・ごはん	牛乳	牛乳・パン	牛乳・ごはん	(ピラフ) チャウダー 果物
		シューマイ さつまいもレモン煮 おかか和え 玉葱とわかめ の味噌汁	月見うどん 鶏の天ぷら かりぼり 和え ヤクルト	鶏のトマトソース煮 マカロニカレーソー コールスローサラダ 野菜スープ	コロッケ 切り干し大根の煮物 五目と和え キャベツと人参 の味噌汁	(おにぎりの日)
		じゃこトースト 果物・牛乳	ウィンナーケーキ 果物・牛乳	もちもちぱん 果物・牛乳	ラスク 果物・牛乳	ゼリー 果物・クッキー
		430/19.3/18.1/1.9	711/33.4/25.7/2.4	480/25.4/17.9/1.5	436/18.3/19.7/1.6	334/10.9/9.3/0.3
		491/19.2/16.7/1.6	593/28.2/22.1/1.9	458/22.7/17.1/1.6	496/18.0/17.9/1.2	456/15.9/12.6/0.8
6	7	8	9	10 お弁当の日	11 運動遊び教室	12
	牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん	牛乳	牛乳・ごはん	(きのこごはん) 豚汁 果物
	魚の香味焼き 南瓜の小倉煮 ごま和え 玉葱・人参 の味噌汁	ハムのピカタ 青菜ソー スパゲティ華風サラダ 豆腐スープ	生姜焼き おでん風煮 梅和え じゃがいもときのこ の味噌汁	手作りお弁当 白菜と高野豆腐 の味噌汁	マーボー豆腐 たけのこみそ炒め なめたけ和え なすと油揚げ の味噌汁	(おにぎりの日)
	ワンタンチップ 果物・牛乳	オレンジケーキ 果物・牛乳	みそもち 果物・牛乳	こっぺぱん 果物・牛乳	レーズン蒸しパン 果物・牛乳	あんぱん 果物・牛乳
	396/21.3/15.8/1.7	427/21.8/21.4/3.1	622/25.0/18.4/1.6	286/11.3/12.1/0.9	423/23.3/19.4/1.8	401/15.2/19.0/0.9
	461/20.8/14.6/1.4	415/20.5/19.9/1.7	522/21.3/15.9/1.2	252/10.5/11.3/1.6	484/22.3/17.6/1.5	479/18.1/20.7/0.9
13	14	15 び・スイミング	16	17 運動会総練習	18	19
	牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん	(ひじきごはん) 肉団子スープ 果物
	つくね焼き きんぴらごぼう ナムル 豆腐となめこ の味噌汁	魚のフライ 焼きそば バンバンジー きのこスープ	酢豚風煮 マーボー春雨 浅漬け もやしとわかめ の味噌汁	チーズミートローフ マカロニミートソース ブロッコリーサラダ 根菜スープ	ぎせい豆腐 すき昆布の煮物 ゆかり和え 玉葱とキャベツ の味噌汁	(おにぎりの日)
	青菜チーズマフィン 果物・牛乳	炊き込みご飯 果物・牛乳	かまやき 果物・牛乳	おにぎり 果物・牛乳	スイートポテト 果物・牛乳	ジャムサンド 果物・牛乳
	441/23.2/22.0/1.6	481/24.3/16.6/1.5	587/22.9/26.3/1.6	481/25.9/18.7/1.5	404/20.0/16.3/1.6	419/21.3/20.7/0.9
	499/22.2/19.6/1.4	457/22.5/16.2/1.3	616/22.0/23.2/1.2	460/23.7/17.8/1.4	505/21.7/17.3/1.4	463/21.0/20.0/1.1
20	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24	25	26
9月の予定 ◎2日・・・誕生会 完全給食です。以上児さんの 主食はいりません。 ◎10日・・・お弁当の日 手作りお弁当のご準備をお願いします。 				牛乳・パン	牛乳・ごはん	(桜エビごはん) けんちん汁 果物
				ハンバーグ ジャーマンポテト マリネ 卵スープ	ホッケの塩焼き なす炒め いそべ和え 大根と油揚げ の味噌汁	(おにぎりの日)
				いなり寿司 果物・牛乳	お月見ゼリー 果物・せんべい	スイスロール 果物・牛乳
				514/23.3/24.6/1.5	291/16.1/10.7/1.2	446/20.1/22.2/1.1
				485/21.7/22.5/1.3	416/18.4/12.7/1.0	486/20.8/21.3/1.2
27	28	29	30			保育園の目標 栄養価 (左から) エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)
	牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん			
	珍珠丸子 わかめの煮物 納豆和え 白菜ときのこ の味噌汁	タンドリーチキン 炒めうどん 中華和え わかめスープ	レバーごま酢 卵の花炒り煮 ひじきサラダ もやしと高野豆腐 の味噌汁			
	アメリカンドッグ 果物・牛乳	がんづき 果物・牛乳	マヨコーントースト 果物・牛乳			
	411/21.2/18.0/1.5	425/20.9/18.6/2.0	555/27.2/30.2/2.0			
	475/20.8/16.5/1.3	412/19.5/17.6/1.9	529/22.0/22.6/1.6			
				1児午前牛乳・主食		
				おかず		
				汁物		
				午後のおやつ		
				以上児栄養価		430/20.0/18.0/1.6
				未満児栄養価		420/17.0/14.0/1.3

★都合により献立を変更することがあります。