



9月 給食献立表

槌ヶ原ちどり保育園 平成27年9月1日

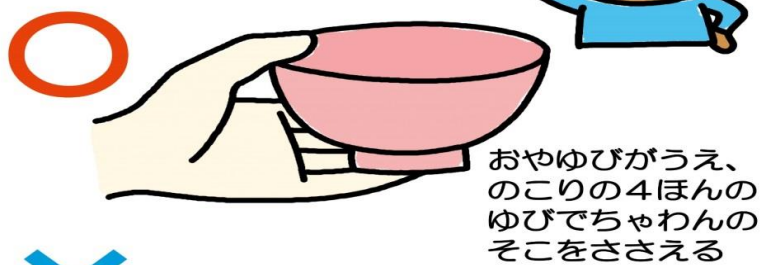


日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	火	牛乳 ウエハース	魚のバーベキュー風 マカロニサラダ すまし汁	牛乳 ホットケーキ
2	水	牛乳 プレーンビスケット	豚肉と茄子のみそ炒め 粉ふき芋 青菜のごま和え	牛乳 ミックスフルーツ
3	木	牛乳 こんがりサクサク	鶏肉のカレーじょうゆ焼き 五色和え ひじきのじゃこ煮	牛乳 おさつスナック
4	金	牛乳 動物ビスケット	ビビンバ 卵スープ オレンジ	牛乳 チーズ・パクッとサンド
5	土	牛乳 ビスケット	焼きうどん バナナ	牛乳 ビスケット
7	月	牛乳 ココナッツサブレ	蒸し鶏のマリネ スパゲティーステー 手作りふりかけ わかめスープ	牛乳 とんがりコーン
8	火	牛乳 バナナ	鮭の塩焼き 野菜の含め煮 トマト	牛乳 焼きそば
9	水	牛乳 リッツ	肉じゃが チンゲンサイの和え物 小魚三杯酢 オレンジ	牛乳 プレーンビスケット
10	木	牛乳 ヨーグルト	かき揚げ 土佐酢和え 焼きのり みそ汁	牛乳 ピザトースト
11	金	牛乳 ビスコ	洋風ちらし寿司 すまし汁	牛乳 ぼたぼた焼き
12	土	牛乳 ビスケット	冷麺 バナナ	牛乳 ビスケット
14	月	牛乳 プチスナック	五目煮 小松菜納豆 きゅうりとちりめんの和え物	牛乳 もやしとちりめんのチヂミ
15	火	牛乳 ウエハース	魚のバーベキュー風 マカロニサラダ トマト	牛乳 サッポロポテト
16	水	牛乳 プレーンビスケット	豚肉と茄子のみそ炒め 粉ふき芋 青菜のごま和え	牛乳 ココア蒸しパン
17	木	牛乳 こんがりサクサク	ポークビーンズ ごま塩サラダ しゅうまい	牛乳 牛乳もち
18	金	牛乳 動物ビスケット	うさこちゃんライス コーンクリームスープ オレンジ	牛乳 小魚・パクッとサンド
19	土	牛乳 ビスケット	焼きうどん バナナ	牛乳 ビスケット
24	木	牛乳 ココナッツサブレ	肉じゃが チンゲンサイの和え物 小魚三杯酢 梨	牛乳 おさつスナック
25	金	牛乳 リッツ	ハヤシライス ごま塩サラダ 目玉焼き	牛乳 お月見ゼリー
26	土	牛乳 ビスケット	冷麺 バナナ	牛乳 ビスケット
28	月	牛乳 ビスコ	五目煮 小松菜納豆 きゅうりとちりめんの和え物	牛乳 豆腐入り甘辛団子
29	火	牛乳 バナナ	鮭の塩焼き 切干大根の炒め煮 豆乳汁	牛乳 人参ゼリー
30	水	牛乳 ジャムサンド	豆腐のカレー煮 グリーンサラダ 手作りひじきふりかけ ウィンナー	牛乳 きな粉クッキー

※みかん・ばなな・めろん組は、10日（木）までに、お米を二合持って来て下さい。
袋には必ずクラス名と名前を記入してください。



しよつきをたたくもとう！



おかずはバランス良く食べよう

- 肉・魚・卵・大豆…体温を上げるために必要なたんぱく質源。
- 野菜・果物…食べたたんぱく質を効率よく代謝し、吸収する助けをする。
- 海藻…食物繊維やミネラルが豊富に含まれ、不足しがちな鉄分を補給する。