

献立予定表 9月上旬

今月の目標 : 秋の味覚を味わいましょう。

2017年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
1 金	ごはん ほうれん草 おかか和え	煮込みハンバーグ キャベツのコンソメ炒め かまぼこ、キウイ すまし汁、ふりかけ	油	豚ひき肉、かまぼこ	キャベツ、人参、玉葱 ピーマン、しめじ	麦茶 ウエハース	牛乳 クラッカー
2 土	ごはん 切干し大根 煮物	麻婆豆腐 ブロッコリー卵サラダ ポテトフライ、ウインナー オレンジ、麦茶	春雨、マヨネーズ ごま油、じゃが芋	絹ごし豆腐、豚ひき肉 卵、魚肉ソーセージ	きゅうり、人参、レタス ピーマン、しいたけ ブロッコリー、ねぎ	ヤクルト せんべい	野菜 ジュース クッキー
3 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
4 月	ごはん 醤油昆布	ハムカツ、オクラ納豆 大根そぼろ煮 かぼちゃ甘煮 スイカ、スープ	油、小麦粉、パン粉 砂糖	ロースハム、卵 挽きわり納豆	大根、人参、玉葱 グリーンピース、かぼちゃ	麦茶 ビスケット	オレンジ ジュース 揚げ菓子
5 火	ごはん さんま缶	鶏肉の野菜あんかけ 切り昆布煮物 卵豆腐、メロン 味噌汁	油、片栗粉	若鶏もも皮なし 卵豆腐	切り昆布、もやし ピーマン、赤ピーマン 人参、玉葱	麦茶 ウエハース	牛乳 クラッカー
6 水	ごはん いんげん 煮物	白菜クリーム煮 ごぼうサラダ 鶏つくね、ところてん ぶどう、麦茶	マヨネーズ	脱脂粉乳、ベーコン すりごま(白)	白菜、ごぼう、人参 玉葱、コーン缶 きゅうり、ところてん	ヤクルト せんべい	コーラス クッキー
7 木	ごはん 豆腐煮物	さばの味噌煮 レタスカニサラダ 豚肉と人参の炒り煮 ミニトマト、スープ	マヨネーズ 糸こんにゃく	さば、カニふぶき 豚肩ロース	レタス、きゅうり 人参、青のり	麦茶 ビスケット	牛乳 大学芋
8 金 ※	ごはん 里芋煮物	いとこ煮 ニラそうめん炒め ミートボール、枝豆 りんご、麦茶	そうめん、ごま油	卵、豚肩ロース	白菜、玉葱、人参 ニラ、ねぎ	野菜 ジュース クラッカー	マミー ウエハース
9 土	ごはん 粉ふき芋	麻婆春雨 小松菜ごま和え はんぺん煮物 パイン缶、味噌汁	春雨、ごま油	豚ひき肉 はんぺん すりごま(白)	小松菜、キャベツ 人参、コーン缶 しいたけ	麦茶 せんべい	ぶどう ジュース クッキー
10 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
11 月	ごはん さつま揚げ煮	カニ豆腐 ほうれん草サラダ うずら卵煮物、オレンジ のり佃煮、スープ	マヨネーズ、ごま油	木綿豆腐、カニふぶき うずら卵水煮缶	ほうれん草、人参 キャベツ、玉葱 しいたけ	麦茶 ビスケット	スポロン クラッカー
12 火	ごはん コーンバター	鮭じゃが汁、ふりかけ きんぴらごぼう もやしゆかり和え 鶏つくね、りんご	じゃが芋、ごま油	鮭、いりごま(白)	ごぼう、人参、しいたけ 玉葱、しめじ、もやし	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
13 水	ごはん シュウマイ	なすと豚ひき肉のカレー チンゲン菜中華和え 大根煮物、チーズ ミニトマト、麦茶	じゃが芋、ごま油	豚肩ロース、脱脂粉乳 チーズ	なす、人参、大根 もやし、玉葱、コーン缶 チンゲン菜	野菜 ジュース せんべい	コーラス クッキー
14 木	ごはん ひじき煮	納豆オムレツ ちくわの青のりごま炒め きゅうりカニ和え ぶどう、すまし汁	油	卵、挽きわり納豆 ちくわ、いりごま(白) カニふぶき	きゅうり、人参、玉葱 万能葱、青のり	麦茶 クラッカー	りんご ジュース 揚げ菓子
15 金	ナポリタン タラフライタルソース キャベツ海草サラダ ミニゼリー、春雨スープ	サラスパ、油 パン粉、小麦粉 マヨネーズ、春雨	タラ、卵、ベーコン	ピーマン、玉葱、人参 キャベツ、きゅうり わかめ	麦茶 せんべい	牛乳 バナナ オムレツ	
<p>★お誕生会★</p> <p>給食室から ※8日は食育の日として「秋の味覚を味わいましょう。～秋のおいしい食材について～」の話します。</p> <p>* 15日のお誕生会は園児全員に「ナポリタン」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)</p> <p>* オレンジ色のおやつは手作りおやつの日です。</p> <p>* 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。</p>							

献立予定表 9月下旬

今月の目標 : 秋の味覚を味わいましょう。

2017年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
16 土	ごはん 粉ふき芋	生揚げ味噌炒め トマトツナサラダ ポークビッツ、黄桃缶 鮭フレーク、スープ	ごま油、マヨネーズ	生揚げ、豚ひき肉 ツナ缶、ポークビッツ	キャベツ、玉葱、人参 きゅうり、トマト、レタス	麦茶 クッキー	ヨーグルト せんべい
17 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
18 月	敬老の日 * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
19 火	ごはん 小松菜 のり和え	ハヤシライス マカロニサラダ うずら卵煮物、焼き豚 りんご、麦茶	じゃが芋、マカロニ マヨネーズ	豚肩ロース、脱脂粉乳 うずら卵水煮缶 焼き豚	玉葱、人参、きゅうり レタス、グリーンピース	野菜 ジュース クラッカー	牛乳 ビスケット
20 水	おにぎり 	鶏肉きのこ汁 春雨酢の物 ミートボール、ミニトマト さつま芋サラダ	さつま芋、砂糖 マヨネーズ、春雨	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ	しめじ、しいたけ えのき茸、人参、玉葱 きゅうり、レタス	麦茶 せんべい	マミー クッキー
21 木	ごはん 卵豆腐	さんまの生姜焼き 長芋バターしょうゆ炒め もずく酢の物 キウイ、味噌汁	長芋、油、片栗粉	さんま、いりごま(黒) バター	もずく、きゅうり、人参 玉葱、ピーマン 生姜	麦茶 ウエハース	牛乳 サンドイッチ
22 金	ごはん いんげん 煮物	ほうれん草シチュー ラーメンサラダ ミニフランク、ぶどう かまぼこ、麦茶	中華麺、ごま油 じゃが芋	ミニフランク 脱脂粉乳、かまぼこ	ほうれん草、人参 玉葱、レタス、きゅうり	麦茶 ビスケット	コーラス 揚げ菓子
23 土	秋分の日 * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
24 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
25 月	ごはん 里芋煮物	鶏ひき肉ごま味噌焼き ひじきの煮物 きゅうりサラダ 梨、味噌汁	油、糸こんにやく フレンチドレッシング	鶏ひき肉 いりごま(白)	ひじき、しいたけ 人参、ねぎ、きゅうり レタス	ぶどう ジュース せんべい	牛乳 かりんとう
26 火	ごはん コーンバター	ツナじゃが煮 もやしの酢の物 シュウマイ 柿、味噌汁	じゃが芋、糸こんにやく	ツナ缶	玉葱、人参、もやし きゅうり、グリーンピース	麦茶 クラッカー	マミー ビスケット
27 水	ごはん チンゲン菜 カニ和え	豚汁、めかぶ納豆 ビーフン野菜ソテー チキンナゲット 枝豆、りんご	糸こんにやく ビーフン	豚バラ肉、焼き豆腐 ベーコン、いりごま(白) 挽きわり納豆	玉葱、白菜、しめじ 人参、ねぎ、もやし ピーマン、めかぶ	麦茶 クッキー	牛乳 かぼちゃ 蒸しパン
28 木	ごはん 大根煮物	エビカレー シルバーサラダ ウインナー、チーズ ぶどう、麦茶	じゃが芋、春雨 マヨネーズ	エビ、脱脂粉乳 ウインナー、チーズ	玉葱、人参、コーン缶 レタス、きゅうり グリーンピース	ヤクルト ウエハース	りんご ジュース 揚げ菓子
29 金	ごはん 醤油昆布	オムレツミートソース れんこんサラダ ところてん、オレンジ スープ	油、マヨネーズ	卵、豚ひき肉	れんこん、玉葱、人参 ピーマン、しいたけ ところてん	麦茶 ビスケット	豆乳 せんべい
30 土	ごはん ソーセージ	野菜コロケ 切干し大根煮物 小松菜ツナ和え ミニトマト、味噌汁	じゃが芋、油 小麦粉、パン粉	さつま揚げ、ツナ缶 すりごま(白)	切干し大根、しいたけ 人参、玉葱、小松菜	麦茶 クラッカー	ぶどう ジュース クッキー

給食室から * 20日はおにぎりを持たせるようお願いします。(3歳以上児)

給食献立 レシピ (約4人分) 長芋のバターしょうゆ炒め(長芋300g、豚バラ肉100g、人参1/2本、玉葱1個、ピーマン2個、バター20g、しょうゆ大さじ2)
 ①豚バラ肉食べやすい大きさに切る。
 ②長芋、人参、ピーマンを細切りに、玉葱はスライスする。
 ③フライパンに、バターを入れ、豚肉、人参、玉葱、ピーマンがしんなりするまで炒める。
 ④次に長芋としょうゆを入れ、全体に火が通ったら出来上がり☆