

献立予定表 9月上旬

今月の目標:感謝の気持ちをもって食べましょう。

2018

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			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		
1 土	ごはん さんま缶	コーンコロケ もやしニラ納豆和え うずら卵煮物 みかん缶、味噌汁	じゃが芋、パン粉 小麦粉、油	挽きわり納豆 うずら卵水煮缶	もやし、ニラ、玉葱 人参	麦茶 せんべい	野菜 ジュース クッキー
2 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。						
3 月	ごはん ほうれん草 のり和え	イタリアンオムレツ オクラツナスパサラダ キウイ、鮭フレーク スープ	油、サラスパ	卵、ツナ缶 ピザ用チーズ	トマト、パセリ粉 オクラ、しめじ、人参	麦茶 ウエハース	牛乳 苺クリーム サンド
4 火	ごはん いんげん 煮物	コーンシチュー もずくと春雨の酢の物 チキンゲット オレンジ、麦茶	春雨、じゃが芋	ベーコン、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ ウインナー	コーン缶、人参、玉葱 もずく、レタス、きゅうり	麦茶 ビスケット	麦茶 クラッカー
5 水	ごはん 枝豆	さめの煮つけ ポテトサラダ 切り昆布煮物 ミニトマト、味噌汁	マヨネーズ、じゃが芋	さめ、魚肉ソーセージ	切り昆布、もやし 人参、きゅうり、コーン缶	麦茶 クッキー	りんご ジュース せんべい
6 木	ごはん 大根煮物	なすと豚ひき肉のカレー マカロニサラダ ウインナー ぶどう、麦茶	マカロニ、じゃが芋	豚ひき肉、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ ウインナー	なす、玉葱、人参 レタス、きゅうり	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
7 金	おにぎり 	鶏ごぼう汁 パンブキンサラダ ミートボール チーズ、洋梨缶	砂糖、マヨネーズ	若鶏もも皮なし ベーコン、チーズ	ごぼう、人参、しめじ かぼちゃ、ねぎ	麦茶 クラッカー	豆乳 せんべい
8 土	ごはん チンゲン菜 ごま和え	カニ豆腐 オクラコーンとえ 焼き豚、黄桃缶 味噌汁、鮭フレーク	油	豆腐、カニふぶき 焼き豚	オクラ、コーン缶 人参、しいたけ 万能葱	麦茶 ウエハース	麦茶 ビスケット
9 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。						
10 月	ごはん 小松菜 おかか和え	ハヤシライス フレンチサラダ 鶏つくね ぶどう、麦茶	じゃが芋 フレンチドレッシング	豚肩ロース 脱脂粉乳	キャベツ、人参、玉葱 きゅうり、コーン缶 グリーンピース	麦茶 クッキー	牛乳 揚げ菓子 グリーンピース
11 火	ごはん コーン煮	ハンバーグ わかめの酢の物 生揚げ煮物、みかん缶 味噌汁、ふりかけ	油	豚ひき肉、生揚げ	わかめ、人参、きゅうり	麦茶 ビスケット	ヨーグルト せんべい
12 水	ごはん かまぼこ	豚肉の生姜焼き ところてんサラダ 枝豆、ミニトマト スープ、のり佃煮	ごま油	豚肩ロース	ところてん、レタス きゅうり、玉葱	麦茶 ウエハース	スポロン クラッカー
13 木	ごはん 粉ふき芋	麻婆豆腐 ほうれん草サラダ ミニフランク オレンジ、麦茶	マヨネーズ	豚ひき肉、豆腐 ミニフランク	ほうれん草、キャベツ しいたけ、コーン缶 人参	麦茶 クッキー	麦茶 せんべい
14 金	ナポリタン エビカツタルタルソース キャベツサラダ ★お誕生会★ミニゼリー、わかめスープ	サラスパ マヨネーズ	ベーコン、卵	ピーマン、玉葱、人参 パセリ粉、キャベツ きゅうり	麦茶 クラッカー	牛乳 バナナ ポート	
15 土	ごはん チーズ	ミニオムレツ、パン缶 ひじきの煮物 きゅうりごま和え 味噌汁、鮭フレーク	糸こんにゃく	豚ひき肉、油揚げ ごま	ひじき、人参、しいたけ きゅうり	麦茶 クッキー	ゼリー せんべい
給食室から * 7日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児) * 14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)							

献立予定表 9月下旬

今月の目標:感謝の気持ちをもって食べましょう。

2018

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			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		
16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。					
17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。					
18火	ごはん 醤油昆布	赤魚の煮つけ 小松菜納豆和え うずら卵煮物 キウイ、味噌汁	油、片栗粉	赤魚、挽きわり納豆 うずら卵水煮缶	小松菜、キャベツ 人参、玉葱、青のり	麦茶 クラッカー	りんご ジュース せんべい
19水	ごはん 豆腐煮物	ハムカツ 切干し大根煮物 きゅうり昆布和え みかん缶、味噌汁	油、小麦粉、パン粉	ロースハム、油揚げ	人参、切干し大根 きゅうり、塩昆布	麦茶 ウエハース	ヨーグルト ビスケット
20木	ごはん いんげん 煮物	けんちん汁 ごぼうサラダ チキンナゲット ぶどう、ふりかけ	マヨネーズ	若鶏もも皮なし 焼き豆腐、ごま	大根、人参、しめじ ごぼう、きゅうり、ねぎ	麦茶 クッキー	麦茶 揚げ菓子
21金 ※ ★十五夜会★	ごはん ところてん	満月卵焼き ほうれん草ベーコン炒め さつまいも甘煮、りんご すまし汁、鮭フレーク	油、砂糖 さつまいも	卵、ベーコン	ほうれん草、人参 玉葱	麦茶 ビスケット	牛乳 まんじゅう
22土	ごはん はんぺん煮	鶏肉ケチャップ炒め チンゲン菜ツナ和え 枝豆、パイン缶 スープ、のり佃煮	油	若鶏もも皮なし ツナ缶、卵豆腐	人参、玉葱、ピーマン チンゲン菜	麦茶 ウエハース	麦茶 せんべい
23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月		振替休日 *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火	ごはん コーン煮	さんまの磯辺焼き 豚肉と人参の炒り煮 もやしのゆかり和え ミニトマト、味噌汁	油、糸こんにゃく	さんま、豚肩ロース	人参、青のり、玉葱 もやし、ゆかり粉	麦茶 クラッカー	麦茶 お好み焼き
26水	ごはん ほうれん草 ごま和え	親子煮 シルバーサラダ ミートボール オレンジ、麦茶	春雨、マヨネーズ	若鶏もも皮なし 卵、魚肉ソーセージ	白菜、人参、玉葱 しめじ、ねぎ、レタス きゅうり	麦茶 ビスケット	りんご ジュース 揚げ菓子
27木	ごはん ちくわ煮	豚汁 ラーメンサラダ かぼちゃ甘煮 梨、味付けのり	茹で中華麺 砂糖	豚バラ肉 魚肉ソーセージ ごま	白菜、人参、玉葱 しめじ、ねぎ、レタス きゅうり、かぼちゃ	麦茶 ウエハース	牛乳 クッキー
28金	ごはん 大根煮物	エビカレー ブロッコリー卵サラダ 鶏つくね ぶどう、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ	エビ、脱脂粉乳 卵	ブロッコリー、人参 コーン缶、きゅうり グリーンピース、玉葱	麦茶 クラッカー	ゼリー ビスケット
29土	ごはん 卵豆腐	肉じゃが もやしの酢の物 かまぼこ、みかん缶 味噌汁、ふりかけ	じゃが芋 糸こんにゃく	若鶏もも皮なし かまぼこ	人参、玉葱、もやし きゅうり、グリーンピース	麦茶 クッキー	麦茶 チーズ せんべい
30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。					
給食室から		※21日は食育の日として「青森のいいりんごについて」のお話をします。 *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。					
人気 給食献立 レシピ (約4人分)	さんまの磯辺焼き(さんまの骨なし開き4枚、しょうゆ大さじ2、みりん大さじ1、片栗粉大さじ1、 青のり少々、サラダ油) ①ボウルにさんま、しょうゆ、みりんを入れて混ぜ、味をなじませる。 ②さんまに味がいたら、片栗粉と青のりをまぶし、サラダ油をうすくつけて焼く。 ③火が通れば、できあがり☆						