

令和6年度  9月の予定献立表  むつみ保育園

日	曜日	未満児 おやつ	メニュー	おやつ	行事予定	血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)
2	月	牛乳	非常食メニュー ※下記参照 カレーライス・コーンスープ・バナナ	クッキー・麦茶	引き渡し訓練 食育(ひまわり) うんちの話			
3	火	せんべい	ハンバーグ・スパゲティサラダ・野菜スープ・トマト	ポテトフライ・牛乳	食育(きく) うんちの話	豚挽き肉・卵・ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ 牛乳・ハム	米・パン粉・油・ｸﾞﾗｽﾊﾟ ﾏｼﾞﾈｰｽﾞ・ｼﾞﺎｶﾞ芋	生姜・玉ねぎ・人参・ﾋﾞｰﾏﾝ・胡瓜・ﾚﾀｽ ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾄﾏﾄ
4	水	クッキー	ナポリタン・胡瓜のピクルス・わかめと豆腐のスープ・バナナ・ふりかけ	ヨーグルトチーズパン ブドウジュース	食育(ゆり) うんちの話	ベーコン・豆腐・ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ ヨーグルト・チーズ	米・ﾊﾞｽﾀ・砂糖・油 ごま油・小麦粉	わかめ・人参・玉ねぎ・ﾋﾞｰﾏﾝ・胡瓜 ﾊﾞﾅﾅ・ﾚｰｽﾞﾝ
5	木	リンゴ ジュース	肉みそ豆腐・チキンナゲット・塩もみキャベツ・トマト	ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ・菓子		豚挽き肉・豆腐・ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ	米・油・砂糖・片栗粉・ごま油	塩昆布・生姜・ｺﾝｺｸ・玉ねぎ・人参 干し椎茸・ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾄﾏﾄ
6	金	ビスケット	カレーライス・フルーツサラダ・福神漬け	アイス(せんべい)	避難訓練 身体測定	豚もも肉	米・油・じゃがいも	人参・玉ねぎ・ｸﾞﾘﾝﾋﾞｰｽ・ﾘﾝｺﾞ・ﾐｶ ﾊﾞｲ・胡瓜・ﾚﾀｽ・福神漬け
7	土	牛乳	おにぎり・味噌汁・バナナ・麦茶			牛乳	おにぎり	バナナ
9	月	せんべい	ハヤシライス・シーザーサラダ・バナナ	チョコチップケーキ スポロン		豚もも肉・卵・牛乳 ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ	米・油・バター・ｷｯｸｰｷﾞｯｸｽ	玉ねぎ・人参・ﾏｯｼﾞｬｰﾙ-ﾄﾞ・ｺｰﾝ・ﾄﾏﾄ ﾚﾀｽ・胡瓜・ﾊﾞﾅﾅ
10	火	野菜 ジュース	鶏のから揚げ・胡瓜とツナの和え物・キャベツスープ・トマト・甘昆布	フルーツの ヨーグルト和え		鶏ささみ肉・ツナ・ベーコン ヨーグルト	米・片栗粉・油・ごま 砂糖・じゃが芋	生姜・ｺﾝｺｸ・胡瓜・ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・人参・ﾄﾏﾄ ｱｲ・ｼﾞﺎｶﾞ芋・ﾊﾞﾅﾅ
11	水	ビスケット	豆腐の真砂揚げ・チキンサラダ・ふとわかめの味噌汁・バナナ	フランスパン・牛乳		豆腐・えび・鶏ひき肉・卵 ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ・ささみ肉・煮干し粉	米・片栗粉・油・砂糖 麩・フランスパン	わかめ・人参・春菊・玉ねぎ・ﾚﾀｽ 胡瓜・ﾊﾞﾅﾅ・ｲﾅｼﾞﾞ ﾖ
12	木	牛乳	洋風寿司・ﾌﾞﾛｯｸﾘｰ-のﾁｰｽﾞ 焼き・お吸い物・梨	ショートケーキ・麦茶	8・9月誕生会	ハム・ツナ・チーズ	米・ﾏｼﾞﾈｰｽﾞ	わかめ・コーン・ﾌﾞﾛｯｸﾘｰ・玉ねぎ・梨
13	金	クッキー	わかめごはん・カレーじゃが煮・ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂの味噌汁・バナナ	ホットドック カルピス		豚もも肉・油揚げ・煮干し粉 ウインナー	米・じゃが芋・油・砂糖 ロールパン	わかめごはんの素・玉ねぎ・人参 インゲン・ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾊﾞﾅﾅ
14	土	牛乳	おにぎり・味噌汁・バナナ・麦茶			牛乳	おにぎり	バナナ
17	火	せんべい	八宝菜・ハムカツ・ふりかけ・バナナ	ヨーグルト(せんべい)		豚もも肉・卵・ハム ヨーグルト	米・油・片栗粉・小麦粉・パン粉	玉ねぎ・人参・筍・椎茸・ﾋﾞｰﾏﾝ・ﾊﾞﾅﾅ
18	水	ブドウ ジュース	ビビンバ・サウザンサラダ・わかめの味噌汁・梨	ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ・菓子	体育指導日	豚挽き肉・豆腐・煮干し粉 ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ	米・砂糖・ごま油・ゴマ・油	わかめ・玉ねぎ・ｺﾝｺｸ・人参・もやし・ｺｰﾝ ほうれん草・ﾄﾞｲﾝ・胡瓜・梨
19	木	ビスケット	揚げ魚のおろし煮・胡瓜とキャベツの塩もみ・野菜の味噌汁・バナナ・のり缶	シュガートースト 牛乳		さわら・煮干し粉	米・片栗粉・油・砂糖・じゃが芋 食パン	のり缶・大根・胡瓜・ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・人参 玉ねぎ・ﾊﾞﾅﾅ
20	金	スポロン	バジルチキン・サラダ・コンソメスープ・梨	フルーチェ		鶏もも肉・チーズ・ヨーグルト 牛乳	米・ｸﾘｰﾌﾞ ﾖﾙ・じゃが芋	ニンニク・コーン・トマト・ﾄﾞｲﾝ・胡瓜 玉ねぎ・人参・梨
21	土	牛乳	おにぎり・味噌汁・バナナ・麦茶			牛乳	おにぎり	バナナ
24	火	クッキー	スパゲティ・豆腐サラダ・卵とコーンのスープ・バナナ	コーンフレーク 牛乳		豚挽き肉・豆腐・卵・牛乳	ﾊﾞｽﾀ・バター・油・片栗粉 コーンフレーク	玉ねぎ・人参・ﾋﾞｰﾏﾝ・ﾄﾞｲﾝ・胡瓜 ｺｰﾝ・ｸﾘｰﾌﾞ-ｯﾂ・ﾊﾞﾅﾅ
25	水	牛乳	チキンピラフ・カボチャのチーズ焼き・お吸い物・梨	麩のラスク リンゴジュース	体育指導日	鶏もも肉・しらす・チーズ 卵	米・バター・ﾏｼﾞﾈｰｽﾞ・砂糖 麩	わかめ・玉ねぎ・人参・コーン・ｸﾞﾘﾝﾋﾞｰｽ カボチャ・梨
26	木	せんべい	鮭のオープン焼き・五目ナムル・かき玉汁・トマト	ふかし芋・ジョア		鮭・ハム・卵・ジョア	米・ﾏｼﾞﾈｰｽﾞ・ごま油 片栗粉・さつま芋	玉ねぎ・ﾄﾞｲﾝ・胡瓜・人参・ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ もやし・ﾄﾏﾄ
27	金	ヤクルト	こぎつねごはん・肉冷麦・コールスロー・梨	ゼリー		油揚げ・豚もも肉・ヨーグルト 牛乳	米・砂糖・そうめん・油 ﾏｼﾞﾈｰｽﾞ	胡瓜・人参・ﾚﾀｽ・ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ｺｰﾝ 梨
28	土	牛乳	おにぎり・味噌汁・バナナ・麦茶			牛乳	おにぎり	バナナ
30	月	ビスケット	カレーうどん・チーズサラダ・バナナ	ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ・菓子		鶏もも肉・油揚げ・チーズ ｽｷﾞﾏﾝｼﾞ	うどん	人参・葱・玉ねぎ・コーン・トマト ﾚﾀｽ・胡瓜・ﾊﾞﾅﾅ

☆3歳以上児(ひまわり・きく・ゆり)はお米を1升(1.6kg)お願いします。

\*\*\*今月の平均栄養価は次のとおりです。\*\*\*

3歳以上児：(エネルギー 534キロカロリー) (カルシウム238mg) (食塩 2.4g)  
3歳未満児：(エネルギー 497キロカロリー) (カルシウム251mg) (食塩 1.9g)

※非常食メニューについて

2日は引き渡し訓練なので給食も園に備蓄されている非常食が出ます。  
レトルトパウチ食品でカレーライスとコーンスープの2種類を出します。アレルギー対応食品です。  
もしもの時に初めてでは抵抗があると思いますので、体験しておく事が大切だと思います。  
おやつクッキーも米粉を使用した長期保存用の物です。

