



令和3年
9月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

| 1日(水) | 2日(木) | 3日(金) | 4日(土) | 6日(月) | 7日(火) | 8日(水) |
|---|--|---|--|--|---|---|
| クラッカー | プリン | ポーク | ウエハース | ブリッツ | ゼリー | あられ |
| おかかごはん 高野豆腐入りチキンナゲット ゴーヤのごま和え イタリアンスープ 果物 | ごはん チンジャオロース ペイコだしやが チンゲン菜のナムル 冬瓜スープ 果物 | 梅ごはん かレイのおぎんせホイル焼き うの花の炒り煮 キャベツのみそ汁 果物 | 牛乳 中華丼 炒り大豆、小魚 果物 | カレーうどん 小松菜の納豆和え 果物 | ごはん 豆腐の松風焼き のっぺ 吉野汁 果物 | ごはん ししゃもとくわの磯辺揚げ ピーマンのツナ和え 小松菜のみそ汁 果物 |
| 五分づき米 しょうゆ かつお節 にんじん 鶏ミンチ 卵 小豆粥 小麦粉 半粒 ケチャップ | 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 おから ごぼう にんじん かだい 平しいたけ にんじん 白みそ 三温糖 みりん ねぎ ごま油 | 五分づき米 しょうゆ 片栗粉 キャベツ たまご うすね 平しいたけ ごま油 | 五分づき米 しょうゆ 片栗粉 キャベツ たまご うすね 平しいたけ ごま油 | 五分づき米 ごま 醤油 コーン だれいん にんじん たまご スライスミルク 白みそ パン粉 しょうゆ 三温糖 | 五分づき米 ピーマン たまご しょうゆ だし 小松菜のみそ汁 果物 |
| プチゼリー、ブリッツ | 手作り運動会 | レーズン、ミルクスティック | ビスケット | 手作りツナ昆布おにぎり | バナナチップ、クラッカー | おせんべい、炒り大豆、小魚 |

| 9日(木) | 10日(金) | 11日(土) | 13日(月) | 14日(火) | 15日(水) | 16日(木) |
|---|---|--|--|---|---|--|
| ひじきスティック | ラムネ | ポーク | おせんべい | ウエハース | カステラ | ポーク |
| ごはん 鶏肉のはちみつチーズ焼き キャベツの甘酢和え 野菜スープ 果物 | きのこごはん 揚げだし豆腐 きゅうりの小魚和え 聖羊のみそ汁 果物 | 牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物 | ゆかりごはん ハムと大豆の小天がら ペイコがほちや 大根サラダ なすのみそ汁 果物 | ごはん 鮭のちやんちゃん焼き きゅうりの土佐酢和え じゃがいものすまし汁 果物 | ごはん 豆腐ハンバーグ ラウトウユ風 コンソメスープ 果物 | ごはん 肉団子の甘酢あん 中華和え あおさのみそ汁 果物 |
| 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 |
| 手作りフルーツヨーグルト | チーズ、ビスケット | おせんべい | レーズン、芋けんぴ | 手作りみかんゼリー | おかき、炒り大豆、小魚 | こんぶ、ブリッツ |



令和3年
9月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

| 17日(金) | 18日(土) | 20日(月) | 21日(火) | 22日(水) | 23日(木) | 24日(金) |
|--|--|--|--|--|--|--|
| かりんとう | クラッカー | | ブリッツ | おせんべい | | ヨーグルト |
| 夕やけごはん 鶏の唐揚げ 煮豆 小松菜としめじのみそ汁 果物 | 牛乳 煎餅 炒り大豆、小魚 果物 | 敬老の日 | ごはん 里芋と鶏肉の和風グラタン ひじきのサラダ とうがんとみそ汁 果物 | ごはん あじのカレーフライ ブロッコリーのおかか和え ポキチスープ 果物 | 秋分の日 | びんば風ごはん かニ棒の中華和え わかめスープ 果物 |
| 五分づき米 水浸大豆 たくわ ごま しょうゆ みりん さわか しょうゆ みりん トマト | 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 | 五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 だし ごま油 |
| 手作り風ごまおろしのカップケーキ | クッキー | | 手作り月見だんご | ブルー、ねじりん糖 | | かりんとう、炒り大豆、小魚 |

| 25日(土) | 27日(月) | 28日(火) | 29日(水) | 30日(木) | ☆9月の1日あたりの平均栄養価 |
|--|--|--|--|--|--|
| ウエハース | ラムネ | 野菜スティック | ポーク | かりんとう | 乳児 幼児 |
| 牛乳 カレーライス 炒り大豆、小魚 果物 | ふりかけごはん スパニッシュオムレツ 温野菜サラダ 五色汁 果物 | ごはん さばの煮つけ かほちやのごま和え キャベツの豆乳みそ汁 果物 | ごはん 手作りコロック 干菜和え きのこのみそ汁 果物 | ごはん いわしのかば焼き ゆでとうもろこし 三色和え ほうれん草と茗のみそ汁 果物 | エネルギー 487kcal たんぱく質 20.0g 脂質 15.7g カルシウム 312mg 鉄 2.3mg 食物繊維 3.9g 食塩 1.0g |
| 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 五分づき米 鶏肉 たまご にんじん ピーマン コンソメ | 579kcal 23.0g 17.3g 333mg 3.0g 4.9g 1.9g |
| おせんべい | レーズン、クラッカー | 手作りフルーツ | おせんべい、炒り大豆、小魚 | チーズ、ブリッツ | ※1日の必要栄養量の50% (乳児)、45% (幼児) を目標としています。 |