

2022年 9月



## 献立表



このみ坂保育園

日	曜	にし・そよかぜ 朝おやつ	種	献立	給食カロリー	3時のおやつ		おやつカロリー
1	木	バナナ	焼	ごはん 鮭の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	390	牛乳	※ビスケット (防災おやつ)	180
2	金	おせんべい ビスケット	揚	ごはん チキンカツ ひじきの炒り煮 みそ汁	400	牛乳	黒糖蒸しパン	247
3	土	おせんべい ビスケット	麺	ミートスパゲティ 野菜スープ フルーツヨーグルト	387	牛乳	フライドポテト	192
5	月	おせんべい ビスケット	炒	ごはん 豚肉と野菜の華風炒め 小松菜納豆 みそ汁	391	牛乳	マドレーヌ	235
6	火	バナナ	焼	ごはん さわらの西京焼き 和風サラダ すまし汁	380	牛乳	きなこマカロニ	159
7	水	おせんべい ビスケット	揚	ごはん からあげ ナムル みそ汁	401	牛乳	みそまんじゅう	200
8	木	魚肉ソーセージ	焼	ごはん カレイのチーズピカタ トマトサラダ 野菜スープ	381	牛乳	クッキー	222
9	金	おせんべい ビスケット	飯	まぜごはん コールスロー さつま汁 果物	395	牛乳	人参丸ぼうろ	123
10	土	おせんべい ビスケット	丼	親子丼 ブロッコリーサラダ みそ汁	368	牛乳	お菓子	-
12	月	おせんべい ビスケット	炒	ごはん 厚揚げみそ炒め 切干大根煮 みそ汁	392	牛乳	五色のまぜむすび	186
13	火	バナナ	揚	ごはん サバのサクサク揚げ 甘酢和え みそ汁	404	牛乳	ホットケーキ	234
14	水	おせんべい ビスケット	焼	ごはん タンドリーチキン 青菜とコーンの和え物 スープ	405	牛乳	もちもちポテト	233
15	木	魚肉ソーセージ	煮	ごはん 赤魚の煮つけ ビーフンサラダ みそ汁	368	牛乳	バナナカップケーキ	231
16	金	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 煮込みミートボール きゅうりのごま酢和え みそ汁	423	牛乳	水ようかん	155
17	土	おせんべい ビスケット	麺	焼きビーフン ごま和え みそ汁	354	牛乳	スティックパイ	296
19	月	-	敬老の日			-	-	-
20	火	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 冷ししゃぶしゃぶ 五目大豆煮 みそ汁	384	牛乳	ココアマフィン	250
21	水	魚肉ソーセージ	焼	ごはん 照り焼きチキン スタミナサラダ みそ汁	385	牛乳	小松菜おにぎり	222
22	木	おせんべい ビスケット	丼	麻婆丼 ばんさんす わかめスープ (運動会予行①)	406	牛乳	りんごゼリー	183
23	金	おせんべい ビスケット	秋分の日			-	-	-
24	土	おせんべい ビスケット	麺	クリームスパゲティ 野菜スープ フルーツヨーグルト	385	牛乳	お菓子	-
26	月	おせんべい ビスケット		ごはん スペイン風オムレツ コーンフ레이크サラダ スープ	400	牛乳	きなこラスク	200
27	火	バナナ	揚	ごはん 鮭のオーロラソース ごぼうの土佐煮 みそ汁	402	牛乳	お好み焼	250
28	水	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 豚肉のしょうが焼き くきわかめの炒り煮 みそ汁	395	牛乳	かぼちゃスコーン	235
29	木	おせんべい ビスケット	汁	ハヤシライス もやしゴマネーズ 野菜スープ (運動会予行②)	403	牛乳	ぶどうゼリー	211
30	金	おせんべい ビスケット	焼	ごはん あじのガーリック焼き 炒り豆腐 すまし汁	389	牛乳	お麩ラスク	202



は、誕生日会メニューです。

※ 献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承ください。

※ 9月1日は防災の日です。おやつは防災おやつを出します。