鈴の花・ふろりある・みのりいちば保育園(一般)

2023年09月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 麦茶、ココナッツサブレ	2 麦茶、ソフトサラダせんべい
昼食					御飯、鶏肉の塩こうじ焼き、チンゲン菜とちくわのさっと煮、みそ汁（さつま芋）	ねぎ塩豚丼、青菜の海苔和え、みそ汁（かぼちゃ）
午後					牛乳、雪の宿	乳製品・菓子などのおやつ
午前	4 麦茶、マリービスケット	5 牛乳、源氏パイ	6 麦茶、たべっこ動物	7 麦茶、ココナッツサブレ	8 牛乳、ソフトサラダせんべい	9 麦茶、ぱりんこ
昼食	御飯、赤魚の煮つけ、キャベツのマヨネーズあえ、みそ汁（玉ねぎ・油あげ）	麻婆豆腐丼、もやしとわかめのナムル、中華スープ（なす・ねぎ）	御飯、たらの磯部揚げ、ブロッコリーのごまあえ、五目汁（じゃがいも・しめじ）	御飯、ポークチャップ、はるさめのソテー、みそ汁（わかめ）	食パン、鶏の揚げ照り、コールスローサラダ、南瓜シチュー	生揚げそぼろ丼、小松菜とえのき茸のお浸し、みそ汁（里芋）
午後	麦茶、ぽたぽた焼き	麦茶、焼きいも	麦茶、ビスコ	牛乳、カルシウムせんべい	麦茶、（手）鮭チーズおにぎり	乳製品・菓子などのおやつ
午前	11 麦茶、マリービスケット	12 牛乳、ぽたぽた焼き	13 麦茶、雪の宿	14 麦茶、カルシウムせんべい	15 麦茶、ぱりんこ	16 麦茶、たべっこ動物
昼食	御飯、ほっけの塩焼き、ひじきの炒り豆腐、みそ汁（キャベツ・コーン）	カレーライス、きゅうりのツナサラダ、きのこのスープ	御飯、アジフライ、かぼちゃのそぼろあんかけ、みそ汁（もやし・にら）	御飯、八宝菜、わかめサラダ、みそ汁（こまつな・たまねぎ）	焼きそば、ごぼうときゅうりのサラダ、中華スープ（鶏・チンゲン菜）	豚丼、切干大根のごま和え、みそ汁（かぶ・わかめ）
午後	牛乳、かにぱん	麦茶、梨	麦茶、りんごゼリー	麦茶、ココナッツサブレ	牛乳、（手）さつまいも蒸しパン	乳製品・菓子などのおやつ
午前	18	19 麦茶、ソフトサラダせんべい	20 牛乳、ぽたぽた焼き	21 牛乳、雪の宿	22 麦茶、カルシウムせんべい	23
昼食		御飯、鶏のチリソース炒め、もやしとちくわのあえもの、五目みそ汁（豆腐・さといも）	御飯、鱈の煮つけ、胡瓜とキャベツの塩昆布和え、みそ汁（こまつな・えのき）	御飯、ツナの厚焼き卵、肉じゃが、なめこ汁（チンゲン菜）	ミートソーススパゲティ、ブロッコリーのマヨネーズサラダ、チキンスープ（トマト）	
午後		ジョアプレーン、マリービスケット	麦茶、りんご	麦茶、アンパンマンポテト	麦茶、（手）青菜昆布おにぎり	
午前	25 牛乳、ココナッツサブレ	26 麦茶、たべっこ動物	27 りんごジュース、ソフトサラダせんべい	28 麦茶、ぽたぽた焼き	29 牛乳、雪の宿	30 麦茶、カルシウムせんべい
昼食	御飯、サバのごま焼き、もやしと小松菜の納豆あえ、豚汁	☆誕生日会献立☆、豚肉チャーハン、油淋鶏、きゅうりの中華風サラダ、ワンタンスープ	御飯、さけのムニエル、ジャーマンポテト、五目みそ汁（豆腐・なす）	カレーうどん、もやしのツナ和え、オレンジ	☆お月見献立☆、さつま芋御飯、鶏肉のごまみそ焼、キャベツと油揚げの炒め煮、すまし汁（しめじ・えのき）	和風あんかけ丼、ブロッコリーと人参のおかか和え、みそ汁（かぶ・鶏）
午後	麦茶、ぱりんこ	牛乳、（手）バナナケーキ	麦茶、マリービスケット	麦茶、ヨーグルト	麦茶、（手）メロンフルーチェ	乳製品・菓子などのおやつ
			月平均栄養価：エネルギー375kcal、タンパク質15.3g、脂質10.8g、食塩1.4g			