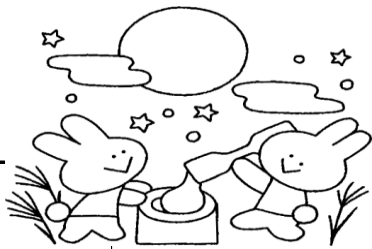
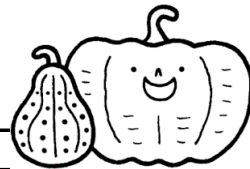


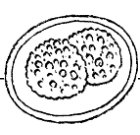
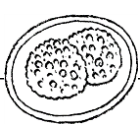
2024年09月



9がつのこんだてひょう



しろうま保育園

日 曜			材料名			
			黄	赤	緑	
			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	その他
時間帯	献立					
02月	午前おやつ	牛乳 せんべい		牛乳		
17火	給食	鶏肉のくわ焼き ひじきの煮つけ 鉄火汁	米粉、きび砂糖 しらたき、きび砂糖 油	鶏もも肉、白ごま 油揚げ 木綿豆腐、豚肉、味噌	しょうが にんじん、ひじき なす、たまねぎ、ねぎ	しょうゆ、酒 しょうゆ、本みりん
	午後おやつ	ココアプリン	きび砂糖	牛乳、ゼラチン、ホイップクリーム		ピュアココア
03火	9月に入り運動会練習が始まります。朝ごはんをしっかり食べて元気に登園しましょうね。	ゼリー				
		かぼちゃのそぼろ煮 ミニトマト	きび砂糖、油、片栗粉	鶏ひき肉	かぼちゃ、しょうが ミニトマト	しょうゆ
18水		ツナたまふりかけ 春雨スープ	きび砂糖 はるさめ	ツナ油漬、卵、バター 白ごま	キャベツ、にんじん、コーン缶、チンゲン菜、わかめ	しょうゆ 中華だしの素、しょうゆ(うすくち)
		牛乳 じゃこトースト	マヨネーズ、食パン	牛乳 しらす干し		
04水	秋はお米やいも類木の実やきのこなど色々な作物が実る時期です。おいしいものがたくさんあるということもありますが、気温が下がり、冬に向けて体温を維持するためにより多くのエネルギーが必要になるので食欲がわいてくるそうです。	牛乳 ぷくじゃが		牛乳		
19木		なすのカレーグラタン きゅうりのゆかり和え コーンスープ	オリーブ油	豚ひき肉、とろけるチーズ	なす、たまねぎ、にんじん きゅうり クリームコーン、にんじん、コーン、たまねぎ、パセリ	ケチャップ、食塩、カレー粉 コンソメ、食塩
		ヨーグルト和え	砂糖	ヨーグルト(無糖)	バナナ、もも缶、みかん缶	
05木		牛乳 バナナ		牛乳	バナナ	
20金		めかじきの竜田揚げ 納豆和え みそ汁	油、片栗粉 じゃがいも	めかじき ひきわり納豆、かつお節 味噌、油揚げ	しょうが オクラ、にんじん えのきたけ、わかめ	しょうゆ、酒 しょうゆ 煮干し
		牛乳 麩のラスク	麩、グラニュー糖	牛乳 バター		
06金	季節の献立の日 白馬の秋のお祭り献立です。 お赤飯は甘納豆が入り、ほんのり甘いお赤飯です。	牛乳 せんべい		牛乳		せんべい
		お赤飯 筑前煮 いご すまし汁 果物	もち米、米 さといも、しらたき、油 焼ふ	あずき(ゆで) 鶏もも肉	にんじん、ごぼう、干しいたけ いご しめじ、にんじん、みつば ぶどう	酒、食塩 しょうゆ(うすくち)、本みりん、酒 しょうゆ しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし
		ヨーグルト		ヨーグルト(加糖)		
09月		お彼岸にちなんでおやつに「おはぎ」をいただきます。おはぎの小豆には邪気を払う効果があります。	牛乳 ビスケット		牛乳	
24火		ぎょうざバーグ ブロッコリーのサラダ 豆腐のかき玉汁	片栗粉 マヨネーズ 片栗粉	豚ひき肉、味噌 木綿豆腐、卵	にら、しょうが ブロッコリー、にんじん、コーン缶 チンゲン菜	しょうゆ 食塩 しょうゆ、食塩、かつおだし
		牛乳 おはぎ	もち米、米	牛乳 つぶしあん(砂糖添加)		
10火	25日は運動会です。お天気に恵まれ、子ども達の笑顔がたくさん見られるといいですね。	牛乳 クラッカー		牛乳		クラッカー
26木		ポークカレー 混ぜサラダ 果物(26日ミニゼリー)	じゃがいも、小麦粉、油 油	豚肉、バター、牛乳 チーズ	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが レタス、きゅうり、コーン缶、赤ピーマン ぶどう	カレー粉 酢、食塩、白こしょう
		牛乳 ごませんべい	小麦粉、強力粉、きび砂糖	牛乳 黒ごま、白ごま		食塩
11水	11日は献立検討会があります。 喫食状況や来月の献立について話し合います。おやつは市販のものになります。	牛乳 バナナ		牛乳	バナナ	
27金		チリコンカーン にんじんシリシリ みそ汁	油 さといも	豚ひき肉、だいず(乾) ツナ油漬 味噌、油揚げ	たまねぎ、野菜ジュース、にんにく にんじん だいこん、こまつな	ケチャップ、コンソメ、カレー粉 かつおだし・濃縮、本みりん 煮干し
		11日(水)ジョア、せんべい 27日(金)牛乳、こねつけ	米、微細米粉、片栗粉、油、きび砂糖	ジョア 牛乳、味噌		せんべい しょうゆ
13金		ヨーグルト		ヨーグルト(加糖)		
30月		鮭の塩焼き バリバリサラダ ミネストローネ	ワンタンの皮、油、ごま油	さけ ベーコン	もやし、きゅうり、キャベツ、にんじん、ひじき トマト、たまねぎ、キャベツ、なす、にんじん、セロリー、パセリ	食塩 しょうゆ、酢 ケチャップ、コンソメ、食塩
		牛乳 チーズクッキー	小麦粉、きび砂糖	牛乳 バター、牛乳、粉チーズ		
		6日(金) 12日(木)	季節の献立の日 誕生日会	白ごはんはいりません 白ごはんはいりません		

* 献立は変更になる場合があります