

日	曜	献立名	食品名			栄養量	
			8大アレルギー物質 卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ	体をうごかす食品	体をつくる食品		
18	水	昼食 ジャムサンド 鶏肉のパーペキューソース ツナとマカロニのサラダ バナナ コンソメスープ	卵 小麦 小麦	ジャムサンド 小麦粉 砂糖 マカロニ マヨネーズ	鶏もも肉 ツナ	レタス 胡瓜 玉葱 バナナ キャベツ 人参	エネルギー 612(530)
		間食 納豆チヂミ 牛乳	小麦 乳	薄力粉 米粉 油 砂糖	納豆 牛乳	あざつぎ	タンパク質 24.8(21.7)
19	木	昼食 ごはん 鮭のムニエル 南瓜サラダ りんご 味噌汁	卵 小麦 卵	ご飯 小麦粉 マーガリン マヨネーズ マヨ ネーズ	鮭 卵 味噌 油揚げ	玉ねぎ トマト 胡瓜 りんご 茄子	エネルギー 597(561)
		間食 病きプリン 牛乳	卵 乳	砂糖	牛乳 卵 生クリーム 牛乳		タンパク質 21.8(21.9)
20	金	昼食 カレーうどん ヨーグルト	小麦 乳	うどん 砂糖	豚肉 油揚げ 卵 ヨーグルト	玉葱 人参 長葱 ほうれん草 椎茸	エネルギー 570(485)
		間食 菜飯おにぎり 牛乳	乳	菜飯	牛乳		タンパク質 22.9(20.0)
21	土	昼食					エネルギー 122.0
		間食 あんぱん ヤクルト	卵 小麦	あんぱん			タンパク質 2.5
23	月	昼食 秋分の日 振替休日					エネルギー
		間食					タンパク質
24	火	昼食 ハヤシライス ツナサラダ オレンジ コンソメスープ	小麦 乳	ご飯 じゃが芋 油 胡麻ドレッシング	豚肉 ツナ 豆腐	玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 コーン オレンジ ほうれん草	エネルギー 666(559)
		間食 きなこおはぎ 牛乳	乳	ごはん もち米 砂糖	きな粉 牛乳		タンパク質 23.1(19.6)
25	水	昼食 ロールパン ミネストローネ タンドリーチキン ミルクスイーツ	卵 小麦 卵 乳	ロールパン マカロニ じゃが芋	ベーコン 鶏肉 ヨーグルト 牛乳	人参 玉ねぎ セロリ キャベツ トマト ブロッコリー 胡瓜 コーン キウイ	エネルギー 583(514)
		間食 さつま芋とりんごの重ね煮 牛乳		さつま芋 砂糖	牛乳	りんご レモン	タンパク質 20.6(19.9)
26	木	昼食 ふりかけごはん 白身魚の甘酢あん 南瓜の煮物 りんご 味噌汁		ご飯 油 砂糖 砂糖	タラ 味噌	玉葱 人参 椎茸 ピーマン 葱 南瓜 りんご 玉葱	エネルギー 582(546)
		間食 きな粉サンド 牛乳	小麦 卵 乳	食パン 砂糖 マーガリン	きな粉 牛乳		タンパク質 19.5(19.7)
27	金	昼食 けんちんうどん ヨーグルト	小麦 乳	うどん 里芋 ごま油	豚肉 木綿豆腐 ヨーグルト	大根 人参 糸こんに ぎょう あざつぎ	エネルギー 517(449)
		間食 バナナ 牛乳	乳		牛乳	バナナ	タンパク質 21.2(20.2)
28	土	昼食					エネルギー 122.0
		間食 あんぱん ヤクルト	卵 小麦	あんぱん			タンパク質 2.5
30	月	昼食 ご飯 回鍋肉 中華胡瓜 オレンジ 中華スープ		ご飯 サラダ油 砂糖 ごま油 ごま油 砂糖	豚肉 味噌	キャベツ ピーマン 玉葱 人参 胡瓜 オレンジ ほうれん草	エネルギー 600(530)
		間食 米粉の豆腐ドーナツ 牛乳	卵 乳	米粉 砂糖 マーガリン 油 粉糖	絹ごし豆腐 卵 牛乳		タンパク質 19.5(18.2)



まだまだ残暑の厳しい日が続いていますが、ふとしたところに秋の気配が感じられるようになりました。気温の変化で体調を崩さないようにきを付けましょう。秋は食べ物が美味しく感じられる時期です。様々な秋の食材を給食にも取り入れています。

～ 中秋の名月「お月見」～

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日と言われています。保育園では「お月見献立」として、給食には旬の食材を使い、おやつにはうさぎの形をした手作りまんじゅうを提供します。一つ一つ形も顔も違います。かわいく美味しく出来るように頑張ります。どんな「うさぎ」だったか子供たちに聞いてみてください。



※仕入れ状況により、献立を変更する場合があります。 ※あひる組・はと組には午前中にも牛乳を提供します。
 ※献立に目を通し、食べたことのない食材がある場合給食前に必ずご家庭で食べてください。 ※()はあひる組・はと組の栄養量です。