



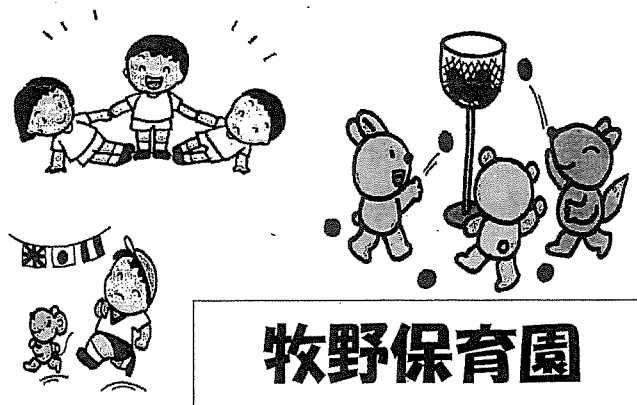
令和2年 9月 牧野保育園献立表《実施》

曜	月	火	水	木	金	土
献立		1	2	3	4	5
		ロールパン スパゲティ・ミートソース ポタージュスープ	ごはん 鮭の南部焼 白菜の煮浸し 味噌汁	ごはん けんちん揚げ 和風サラダ 味噌汁	ごはん 牛肉のスタミナ炒め しょうまい スープ	牛乳 ロールパン クリームシチュー
おかずの内容		ロールパン スパゲティ 合挽ミンチ ミートソース 玉ねぎ ピーマン にんじん 塩 砂糖 ケチャップ 油 キャベツ コーン にんじん 玉ねぎ コーンクリーム缶 ポタージュスープの素 スキムミルク 塩 マーガリン コンソメ こしょう	鮭 しょうゆ 砂糖 黒いりごま 白菜 にんじん うす揚げ えのき しょうゆ だし粉 砂糖 玉ねぎ さつまいも ほうれん草 味噌 削り節	豆腐 ごぼう ちくわ にんじん いんげん ひじき しょうゆ 砂糖 片栗粉 油 キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン ◎ハム しめじ 和風ドレッシング 白菜 大根 にんじん 味噌 削り節	牛肉 玉ねぎ にんじん キャベツ ニラ しょうゆ 砂糖 しょうが 片栗粉 油 冷凍しゅうまい わかめ 厚あげ チンゲン菜 しょうゆ 中華だし	牛乳 ロールパン 豚肉 マーガリン 玉ねぎ コンソメ にんじん スキムミルク じゃがいも ポタージュベース
	朝おやつ おやつ		牛乳 牛乳・フルーツヨーグルト・ラムネ	牛乳 牛乳・ココアクリームサンド	牛乳 牛乳・ホットケーキ	牛乳 牛乳・りんご・市販菓子
献立	7	8	9	10	11	12
	お誕生 日会	炊き込みごはん タラの磯辺揚げ 切り干し大根サラダ 味噌汁 果物	ごはん 鶏肉の味噌焼 ほうれん草のごま和え すまし汁	豚丼 かぼちゃのどぼろ煮 味噌汁	ごはん 他人焼き きんぴらごぼう 味噌汁	ごはん 千ジャオロース 酢の物 春雨スープ
おかずの内容	うすあげ 鶏肉 にんじん きぬさや しめじ しょうゆ おいがつおツユ 砂糖 タラ 小麦粉 塩 青のり 油 切り干し大根 にんじん 酢 きゅうり コーン 砂糖 ◎マヨネーズ しょうゆ ほうれん草 玉ねぎ 豆腐 味噌 削り節 みかん缶	鶏肉 味噌 みりん 砂糖 ほうれん草 もやし にんじん すりごま しょうゆ 砂糖 だし粉 玉ねぎ ちくわ チンゲン菜 しょうゆ 削り節 塩 だし昆布	豚肉 玉ねぎ にんじん ほうれん草 砂糖 しょうゆ だし粉 かぼちゃ 鶏ミンチ グリーンピース だし粉 砂糖 しょうゆ 片栗粉 大根 なす 白菜 味噌 削り節	牛ミンチ 玉ねぎ にんじん ◎卵25g しょうゆ みりん 砂糖 だし粉 ごぼう にんじん ピーマン すりごま しょうゆ みりん 砂糖 ごま油 大根 わかめ 豆腐 味噌 削り節	牛肉 玉ねぎ ピーマン たけのこ にんじん しょうゆ 砂糖 オイスターソース ごま油 片栗粉 もやし ほうれん草 にんじん ちくわ しょうゆ 砂糖 酢 すりごま ごま油 春雨 玉ねぎ チンゲン菜 コーン 中華だし しょうゆ	牛乳 うどん ほうれん草 豚肉 にんじん 玉ねぎ しめじ だし粉 しょうゆ 砂糖 カレー粉 片栗粉
	朝おやつ おやつ	牛乳 牛乳・鮭のラスク・市販菓子	牛乳 牛乳・フライドポテト	牛乳 牛乳・黒糖ごまクッキー	牛乳 牛乳・ババロア・市販菓子	牛乳 牛乳・べったん焼き
献立	14	15	16	17	18	19
	栗ごはん サバの照り焼き 大根の煮物 すまし汁	ごはん 鶏肉のレモンソース フロッコリーサラダ スープ	ゆかりごはん 予予行 かまぼこ入り冷やしうどん 里芋の煮物	ごはん チャーシュー豆腐 揚げしょうまい 卵スープ	ポークカレーシチュー ツナキャベツサラダ 果物	牛乳 ロールパン ハンバーグ 具だくさんスープ
おかずの内容	栗 塩 黒ごま もち米 サバ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 大根 にんじん 鶏肉 いんげん みりん しょうゆ 砂糖 だし粉 ほうれん草 えのき うすあげ しょうゆ 塩 削り節 出し昆布	鶏肉 片栗粉 塩 こしょう 油 ケチャップ 砂糖 ポツカレモン フロッコリー にんじん コーン 砂糖 焙煎ごまドレッシング 玉ねぎ キャベツ ちくわ しょうゆ コンソメ	ゆかり うどん かまぼこ うすあげ ほうれん草 砂糖 だし粉 みりん オイガツおつゆ しょうゆ 里芋 にんじん こんにやく キヌサヤ しょうゆ 砂糖 だし粉 みりん	豚肉 厚揚げ 玉ねぎ にんじん 白菜 たけのこ グリーンピース ごま油 しょうゆ 砂糖 中華だし 片栗粉 冷凍しゅうまい 油 キャベツ にんじん チンゲン菜 にんじん 玉ねぎ ◎卵 しょうゆ 中華だし	豚肉 玉ねぎ にんじん さつまいも ブロッコリー カレールー スキムミルク トマトジュース ケチャップ マーガリン ウスターソース キャベツ にんじん きゅうり ツナ 砂糖 ◎マヨネーズ 塩 黄桃缶	牛乳 ロールパン 冷凍ハンバーグ ケチャップ かぼちゃ にんじん 玉ねぎ ほうれん草 コーン キャベツ コンソメ しょうゆ
	朝おやつ おやつ	牛乳 牛乳・お好みマカロニ	牛乳 牛乳・みるくもち	牛乳 牛乳・さつまいもフラウニー	牛乳 牛乳・ホットドック	牛乳 牛乳・フリン・ラムネ

献立	21 敬老の日	22 秋分の日	23 ごはん 鮭のムニエル ひじきの煮物 すまし汁	24 ごはん 磯辺揚げ ほうれん草のチーズ和え 味噌汁	25 中華丼 春雨サラダ スープ	26 牛乳 ちくわ入り焼きそば
おかずの内容			鮭 小麦粉 塩 こしょう マーガリン ケチャップ ひじき にんじん うすあげ いんげん しょうゆ 砂糖 だし粉 ごま油 しいたけ こんにゃく 里芋 しょうゆ 塩 削り節 だし昆布	ちくわ ◎はんぺん 青のり 小麦粉 塩 油 ほうれん草 にんじん キャベツ チーズ 砂糖 しょうゆ だし粉 玉ねぎ 豆腐 しめじ 味噌 削り節	豚肉 えび 玉ねぎ にんじん 白菜 グリーンピース 中華だし しょうゆ 砂糖 油 片栗粉 春雨 ◎ハム にんじん ほうれん草 すりごま 砂糖 酢 しょうゆ ごま油 厚揚げ チンゲン菜 もやし しょうゆ 中華だし	牛乳 焼きそば にんじん 玉ねぎ ちくわ 豚肉 キャベツ 焼きそばソース 油
朝おやつ			牛乳 牛乳・わかめおにぎり	牛乳 牛乳・フレンチトースト	牛乳 牛乳・梨・市販菓子	市販菓子
おやつ			牛乳 米 わかめごはんの素	牛乳 牛乳 食パン 砂糖 ◎卵 マーガリン 牛乳	牛乳 牛乳 梨 アンパンマンソフトせんべい マリービスケット	クッピーラムネ 星たべよ

献立	28 ごはん タラの奄田揚げ 切り干し大根の煮物 味噌汁	29 ごはん 予行練習 鶏肉の西京焼き きんぴられんこん すまし汁	30 ごはん スペイン風オムレツ キャベツサラダ スープ
おかずの内容	タラ しょうが しょうゆ しょうゆ 片栗粉 油 切り干し大根 にんじん うすあげ いんげん しょうゆ 砂糖 だし粉 ごま油 キャベツ 玉ねぎ ほうれん草 味噌 削り節	鶏肉 白味噌 砂糖 みりん れんこん にんじん ピーマン 砂糖 みりん しょうゆ ごま油 すりごま ちくわ もやし 白菜 削り節 塩 しょうゆ だし昆布	◎卵 じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 ツナ 塩 砂糖 ケチャップ キャベツ にんじん ほうれん草 コーン 和風ごま醤油ドレッシング しめじ 玉ねぎ にんじん コンソメ しょうゆ
朝おやつ	牛乳 牛乳・りんごゼリー・市販菓子	牛乳 牛乳・ジャムサンド	牛乳 牛乳・みだらし白玉
おやつ	牛乳 りんごジュース 砂糖 粉ゼラチン りんご ばりんこ	牛乳 牛乳 食パン いちごジャム	牛乳 白玉粉 砂糖 しょうゆ 片栗粉 豆腐

★給食だよ★

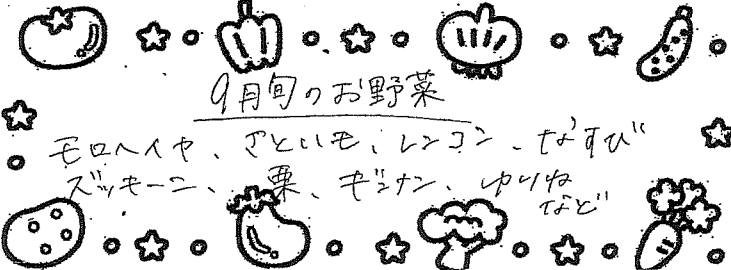


今月の平均給与栄養量

3歳児以上	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	食塩相当量	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
	560Kcal	20.4g	17.5g	267mg	1.4mg	2.0g	225µg	0.27mg	0.44mg	20mg

3歳児未満	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	食塩相当量	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
	476Kcal	17.3g	14.9g	226mg	1.2mg	1.6g	191µg	0.21mg	0.35mg	16mg

*3歳以上は昼食と3時のおやつを含めた栄養所容量
*3歳未満は朝おやつと昼食と3時のおやつを含めた栄養所容量



お月見を楽しむ
<月見の由来>
旧暦8月15日前後の満月を十五夜といい、ススキを飾り、月見だんごやお酒を供えて月を愛でる風習があります。
9月のおやつでは、みたらし白玉を提供します。

～非常食の備えはできていますか？～
9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。
！準備するとよい物！
飲料水（1人1日3L×3日分）・3日分の非常食・医薬品・懐中電灯・携帯ラジオ・予備の電池・カセットコンロ・ガスボンベ・貴重品
（現金・身分証明書・通帳・印鑑・保険証ほか）