



9がつこんだて



令和2年度 島保育園

献立は材料等の都合により変更することがあります。ご了承願います。
運動会のお土産 0～3歳児は25日（金）の持ち帰りとなります。

	月	火	水	木	金	土
昼食  3歳未満児	1日 チキンピラフ ブロッコリー ウィナーソテー トマトマリネ すまし汁 バナナ さつまいも煮	2日 ごはん 和風ハンバーグ ちくわのゴマ炒め スティックきゅうり キャベツのみそ汁 ふりかけ メロン ミニトマト	3日 誕生会 カツカレー 福神漬け かぼちゃのチーズ焼き 枝豆 ミニトマト あさりスープ フルーチェ	4日 ごはん ホッケ焼き ひじき煮 ブロッコリーのおかか和え 白菜のスープ バナナ ごぼう煮	5日 シュウマイ 青菜おひたし もやしのみそ汁 オレンジ	
	おやつ	焼きそば さきいか お茶	おせんべい スキムココア	アイスクリーム	フルーツヨーグルト クラッカー お茶	プリン お茶 おせんべい
昼食 7日 ごはん 鶏の照り焼き 春雨ソテー ブロッコリー和え物 じゃがいものスープ メロン 3歳未満児	8日 ごはん 赤魚のつけ焼き ポテトサラダ ミニトマト 青菜のベーコンソテー 大根のみそ汁 オレンジ おにぎり	9日 ごはん スクランブルエッグ ウィナー 青菜のコンコン和え オクラのみそ汁 りんご 枝豆	10日 ごはん 揚ささみのレモン漬け 切干大根煮 キャベツのおひたし 中華スープ ぶどう トマトマリネ	11日 ごはん 焼きサケ かぼちゃ煮 青菜のツナ和え 豚汁 パイナップル チーズ	12日 チキン南蛮 ブロッコリー和え物 あさりのみそ汁 バナナ	
	おやつ	バナナマフィン スキムミルク	コーンマヨトースト 牛乳	ナポリタン お茶 かみかみ昆布	りんごケーキ スキムミルク	おせんべい いちご牛乳
昼食 14日 ハヤシライス セルフゆで卵3.4.5歳 スクランブルエッグ1.2歳 ブロッコリーサラダ チーズ りんご 3歳未満児	15日 ごはん タラフライ ミートマカロニ ブロッコリー じゃがいものみそ汁 ぶどう かぼちゃ煮	16日 ごはん ちくわの磯揚げ 炒り鶏 春雨和え物 卵スープ サケフレーク りんご トマト	17日 ごはん チキンガーリック焼 ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ わかめのみそ汁 パイナップル おにぎり	18日 ごはん サバのみそ煮 ごぼうのから揚げ 青菜の納豆和え 玉ねぎのみそ汁 バナナ 枝豆	19日 ウィナー きゅうり和え物 野菜スープ かき	
	おやつ	ひじきおにぎり するめ お茶	フルーツ白玉 お茶	シリアルバー スキムミルク	キャロットケーキ スキムミルク	おせんべい カルピス
昼食 21日 敬老の日  3歳未満児	22日 秋分の日 	23日お弁当の日 運動会総練習 おかず入り お弁当を お願いします 	24日 ごはん 鶏肉のインド風煮 すき昆布煮 ブロッコリーサラダ いものご汁 バナナ おにぎり	25日 ごはん タラのマヨネーズ焼き じゃがいもの揚げ煮 きゅうりの利休和え わんたんスープ ゴマ塩 りんご チーズかまぼこ	26日 4・5歳 運動会 お土産が あります (全園児) 	
	おやつ	おせんべい いちご牛乳	おせんべい いちご牛乳	五平餅 お茶	しょうゆだんご スキムミルク	
昼食 28日 ごはん きのこシチュー チキンナゲット 青菜のナムル ひじきサラダ オレンジ 3歳未満児	29日 ごはん サバの竜田揚げ ひじき煮 青菜のなめ茸和え なめご汁 かき ごぼう煮	30日 ごはん レバー南蛮漬け ビーフソテー きゅうりの和え物 けんちん汁 納豆 りんご かぼちゃ煮	<今月の栄養> エネルギー タンパク質 脂質 塩分	3歳未満児 530 kcal 22.3g 16.8g 1.8g	3歳以上児 635kcal 24.5g 18.9g 2.0g	
	おやつ	大学芋 牛乳	ハムサンド スキムミルク	ためきおにぎり かみかみ昆布 お茶		

土曜給食の持ち物

おにぎり・箸・コップ
3歳未満児は箸か
スプーンをご持参
下さい。

1.3.14.28日

スプーンが必要な
お子さんはご持参
下さい。

3歳未満児

午前中に牛乳と
おせんべい
のおやつがです。