

9がつのこんだて

令和6年度 島こども園

	月	火	水	木	金	土	
昼食	2日 ごはん 豚肉の香味揚げ 春雨サラダ きゅうりの利休和え わんたんスープ オレンジ	3日 ひじきごはん サワラの照り焼き カボチャのそぼろ煮 ブロッコリーとナ和え キャベツのみそ汁 バナナ	4日 ナポリタン チキンガーリック焼 レタスサラダ コンソメスープ シャインマスカット	5日 ごはん サバの竜田揚げ ジャーマンポテト ほうれん草のなめ草和え けんちん汁 バナナ	6日 ごはん にらハンバーグ 筑前煮 切干ナムル 大根のスープ ごま塩 スイカ	7日 豚肉の生姜焼き ブロッコリー和え すまし汁 メロン	
3歳未満児	さつまいもフライ	チーズかまぼこ	トマト	カボチャチーズ焼き	コーンバターソテー		
おやつ	チーズラスク スキムミルク	フルーツポンチ お茶	おせんべい カルピス	お好み焼き お茶	ヨーグルトケーキ スキムミルク	フルーツパフェ お茶	
昼食	9日 卵チャーハン 棒餃子 ブロッコリー トマトマリネ わかめスープ スイカ	10日 ごはん タラフライ 切干大根 きゅうりのゴマ和え 生揚げのみそ汁 オレンジ	11日 バターロール ウィンナー 卵サラダ ポテト レタス 千切り野菜スープ バナナヨーグルト	12日 わかめごはん サバの塩焼き さつまいもフライ ウィンナーとピーマンソテー なすのみそ汁 メロン	13日 カツカレー 福神漬け コーンとわかめのサラダ ゆで卵 バナナ	14日 チキン南蛮 きゅうりのサラダ 生揚げのみそ汁 梨	
3歳未満児	さつまいも煮	ごぼうフライ	ブロッコリー	トマト	チーズ		
おやつ	大豆クッキー スキムココア	チーズケーキ スキムミルク	おせんべい いちご牛乳	のり塩ポテト お茶	メロンパントースト 牛乳	焼きそば お茶	
昼食	16日 	17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  園から果物ができます	18日 焼肉丼 おからとひじきのサラダ ほうれん草ナムル すまし汁 梨	19日 ごはん 揚げサワラのレモンソース ひじき煮 マカロニサラダ ポパイスープ オレンジ	20日 3歳以上児 運動会 ～3歳未満児献立～ 冷やしうどん フランクフルト トマトマリネ ゼリー	21日 鶏の照り焼き ブロッコリー和え 春雨スープ メロン	
3歳未満児		園から果物ができます	チーズかまぼこ	たこウィンナー			
おやつ		おせんべい スキムココア	スイートポテト 牛乳	ツナとなすのパスタ お茶	ジャムマーガリンサンド 牛乳	プリンアラモード お茶	
昼食	23日 振替休日 	24日 セルフサンド 食パン レタス スライスチーズ ハム ツナマヨ フランクフルト バナナ パスタスープ トマト	25日 ごはん はんぺんフライ 切干大根煮 ほうれん草の納豆和え じゃがいものみそ汁 オレンジ	26日 誕生会 うさぎハヤシライス エビフライ ポテトサラダ ブロッコリー コンソメスープ りんご	27日 ごはん レバー南蛮漬け ポテトそぼろ煮 きゅうりのつぼ漬け 麩のすまし汁 梨	28日 豚カツ きゅうりゆかり和え なめこ汁 バナナ	
3歳未満児		トマト	チーズ	りんご	ごぼうフライ		
おやつ		焼きおにぎり さきいか お茶	栗入りホットケーキ スキムミルク	アイスクリーム お茶	きなこスティック スキムミルク	ワッフル 牛乳	
昼食	30日 ごはん ポークソテー カボチャのグラタン ブロッコリーしらす和え 卵スープ りんご	<今月の栄養平均> エネルギー 3歳以上児 638kcal たんぱく質 以上児 26.8g 脂質 以上児 18.3g 塩分 以上児 1.5g				3歳未満児 532kcal 未満児 22.3g 未満児 16.1g 未満児 1.4g	
3歳未満児	トマト						
おやつ	さつまいもスコーン 牛乳						

- ◇ 11・13・26日 スプーンをお持ちください。(3歳以上児)
- ◇ 3歳未満児は午前に牛乳とおせんべいのおやつがです。
- ◇ 土曜保育をご利用の際は、おにぎり・食具をお持ちください。
- ◇ 塩分補給のため、お昼に梅干しがです。(3歳以上児)
- ◇ 9月より週1回(水曜日)に牛乳がつかます。(3歳以上児)
- ◇ 献立は材料等の都合により変更する場合があります。ご了承ください。

