

# 9月の献立



社会福祉法人大和善隣館

幼保連携型認定こども園 松陽こども園 R8.9.1



| 日  | 曜 | 未満児おやつ    | 昼食                                     | 午後間食                                | 離乳食                      |
|----|---|-----------|----------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| 1  | 火 | お茶 せんべい   | ポイルウインナー ひじき煮 みかん缶<br>けんちん味噌汁 ~防災メニュー~ | カロリーメイト(2~5歳児)<br>せんべい(0~1歳児)       | ひじき煮 野菜の旨煮<br>すまし汁       |
| 2  | 水 | 牛乳 バナナ    | 鶏肉の唐揚げ キャベツサラダ<br>青菜スープ                | 牛乳<br>チーズマフィン★                      | そぼろ煮 キャベツ旨煮<br>青菜スープ     |
| 3  | 木 | フルーツポンチ   | 江戸っ子煮 ほうれん草のお浸し<br>バナナ                 | ミルクココア<br>せんべい                      | ほうれん草の旨煮<br>スティック野菜 味噌汁  |
| 4  | 金 | ジョア       | 鶏肉の照り焼き ブロッコリーサラダ<br>たまごレタスのスープ        | アイスクリーム(2,3,4,5歳児)<br>果物ゼリー(0,1歳児)  | そぼろ煮 野菜の旨煮<br>レタススープ     |
| 5  | 土 | お茶 せんべい   | パン チーズ りんごジュース                         | お茶<br>ビスケット                         | 野菜雑炊 マッシュポテト             |
| 7  | 月 | お茶 せんべい   | カレーライス 和風サラダ トマト                       | ミルク<br>せんべい                         | きゅうりあん<br>そぼろ煮 すまし汁      |
| 8  | 火 | ヨーグルトあえ   | 魚フライタルタルソース 塩もみ<br>わかめスープ              | お茶<br>そぼろおにぎり★                      | 煮魚 野菜あん<br>わかめスープ        |
| 9  | 水 | 牛乳 バナナ    | ホイコーロー トマト 味噌汁                         | ミルクココア<br>クラッカー                     | そぼろ煮 野菜の旨煮<br>トマトスープ     |
| 10 | 木 | お茶 せんべい   | マーボー豆腐 シューマイ ごま酢あえ                     | ミルク<br>ビスケット                        | マーボー豆腐 すまし汁<br>スティック野菜   |
| 11 | 金 | 牛乳 ボーロ    | タンドリーチキン マカロニサラダ<br>かきたまスープ            | 牛乳<br>ひじきトースト★                      | そぼろ煮<br>野菜の旨煮 味噌汁        |
| 12 | 土 | お茶 せんべい   | チャーハン 春雨スープ                            | お茶<br>クラッカー                         | 味噌雑炊 さつま芋の旨煮             |
| 14 | 月 | みかんヨーグルト  | ローストチキン ドレッシングサラダ<br>大根スープ             | カラフルゼリー★                            | そぼろ煮 スティック野菜<br>味噌汁      |
| 15 | 火 | ジョア       | ハヤシライス ツナサラダ バナナ                       | 牛乳<br>ビスケット                         | そぼろ煮 野菜の旨煮<br>すまし汁       |
| 16 | 水 | お茶 ボーロ    | 中華丼 ちりじゃこサラダ チーズ                       | ミルクココア<br>クラッカー                     | 白菜の旨煮<br>しらすあん 味噌汁       |
| 17 | 木 | 牛乳 バナナ    | 白味噌ポトフ スパサラダ トマト                       | 牛乳<br>せんべい                          | 肉じゃが<br>スティック野菜 すまし汁     |
| 18 | 金 | ふれあい親子運動会 |                                        |                                     |                          |
| 19 | 土 | お茶 せんべい   | パン チーズ りんごジュース                         | アイスクリーム(2,3,4,5歳児)<br>りんごゼリー(0,1歳児) | 野菜雑炊 マッシュポテト             |
| 24 | 木 | みかんヨーグルト  | 鶏肉のマーマレード煮 コロコロスープ<br>ブロッコリーの中華あえ      | お茶<br>梅としらすのおにぎり★                   | ブロッコリーのそぼろ煮<br>大根の旨煮 味噌汁 |
| 25 | 金 | ジョア       | お月見メニュー●                               | お茶<br>お月見おにぎり★                      | さつま芋の旨煮<br>スティック野菜 すまし汁  |
| 26 | 土 | お茶 せんべい   | チキンライス 肉団子スープ                          | お茶<br>クラッカー                         | 味噌雑炊 かぼちゃの旨煮             |
| 28 | 月 | 牛乳 ボーロ    | さつま芋のクリーム煮 トマト<br>フレンチサラダ              | ミルクココア<br>せんべい                      | トマト煮 そぼろ煮<br>味噌汁         |
| 29 | 火 | バナナヨーグルト  | 魚の立田揚げ ひじきサラダ 味噌汁                      | 牛乳<br>クラッカーサンド★                     | 魚の味噌煮 野菜の旨煮<br>すまし汁      |
| 30 | 水 | お茶 せんべい   | 柿の葉寿司(以)ゆかりごはん(未)<br>肉団子 春雨サラダ 味噌汁     | ミルク<br>ビスケット                        | 野菜の旨煮 ひじき煮<br>味噌汁        |

全児主食・・・ごはん

25日(金)・・・ごちそうの日

★・・・手作りおやつの日

## ★9月のメニューについて★

9/1(火)→防災メニューとして園で備蓄しているおかゆやひじきなどの乾物を使用したメニュー、おやつにはカロリーメイトが献立に入っています。

9/25(金)→「中秋の名月」にちなんだ献立になっています。

しめじごはん・うさぎ型ハンバーグ・さつま芋の甘煮・ほうれん草のツナあえ  
けんちん汁

9/30(水)→子どもたちと郷土料理を味わいたいと思います。5歳児は自分たちで柿の葉寿司を作る予定です。酢飯に吹雪タラや桜エビ・ごまなどをトッピングします。  
柿の葉寿司(3,4,5歳児) ゆかりごはん(0,1,2歳児)

※今月から新米になりました！

## ★松陽こども園栄養目標量★

|         | エネルギー   | タンパク質      | 脂質         | 食塩    |
|---------|---------|------------|------------|-------|
| 【1~2歳児】 | 450kcal | 11.0~22.0g | 9.0~14.0g  | 1.4未満 |
| 【3~5歳児】 | 550kcal | 15.5~25.0g | 14.0~20.0g | 1.6未満 |

## ★9月平均栄養量★

|         | エネルギー   | タンパク質 | 脂質    | 食塩    |
|---------|---------|-------|-------|-------|
| 【1~2歳児】 | 485kcal | 18.0g | 14.7g | 1.3未満 |
| 【3~5歳児】 | 543kcal | 20.5g | 17.7g | 1.6未満 |

## 松陽こども園での 災害に備えて



●松陽こども園では災害に備えて「防災用簡易トイレ」「粉ミルク」「使い捨て哺乳瓶」「カロリーメイト」「白かゆ」を保管しています。



※「カロリーメイト」からアレルギー物質28品目・ナッツ類不使用の「ライスクッキーいちご」に移行していく予定です。

※カロリーメイトにはアーモンド・チョコレートが使用されています  
ご家庭でも今一度防災について話し合ってみましょう。