

平成 26 年 9 月分



給食予定献立表



社会福祉法人
春日保育園

日 曜	副食	3時	3歳未満児追加食			備考
			9時	副食	3時	
1日 月	ぎゅうどん ほうれんそうのナムル とうがんのスープ	ヨーグルトのブルー ベリージャムかけ くだもの	牛乳 せんべい	里芋の煮物 煮豆	ヨーグルトのブルー ベリージャムかけ くだもの	
2日 火	のりごはん さかなのしおやき きりぼしだいこんにつけ みそしる	ひやしミルク キャロットチーズパン	牛乳 果物	中華きゅうり 果物	キャロットチーズパン 牛乳	
3日 水	バターロールパン イタリアンオムレツ シーチキンサラダ わかめスープ	ひやしミルク アメリカンドッグふう	牛乳 クッキー	果物 ほうれん草ソテー	アメリカンドッグ風 牛乳	
4日 木	ピピンパふうどん たつたあげ せんキャベツ おつきみゼリー	ぎゅうにゆう ロールケーキ	牛乳 ビスケット	茹で卵 大根の含め煮	ロールケーキ 牛乳	誕生会
5日 金	ごはん さかなのマヨネーズやき さつまいもとレーズンのあまに すみそあえ	ぎゅうにゆう さんしょくだんご	牛乳 ゼリー	味噌汁 だし巻き卵 厚揚げ煮	さんしょくだんご 牛乳	
6日 土	ひやしうどん わかめおにぎり にゆうさんいんりょう	ぎゅうにゆう まるぼうろ	牛乳 ウエハース			
8日 月	ごはん ちくさやき ごまあえ みそしる	ヨーグルトシェイク クッキー	牛乳 せんべい	肉団子ケチャップ煮 果物	ヨーグルトシェイク クッキー	
9日 火	なっとうごはん さかなのゆうあんやき こふきいも ごぼうとコーンのサラダ	ひやしミルク あげパン	牛乳 果物	味噌汁 切り昆布煮	あげパン 牛乳	
10日 水	バターロールパン とうふハンバーグ にんじんグラッセ くだもの コンソメスープ	ぎゅうにゆう さんさいおこわ	牛乳 クッキー	粉吹き芋	さんさいおこわ 牛乳	
11日 木	むぎごはん さかなのごまみそかけ かいそうサラダ ワンタンスープ	ひやしミルク ポテトピザ	フルーチェ	果物 さつま芋とレーズンの甘煮	ポテトピザ 牛乳	
12日 金	ごはん マーボーどうふ ちくわのいそべあげ ごまずあえ	ゼリーいり フルーツポンチ ビスコ	牛乳 プリン	星の子汁 炒り卵 果物	ゼリーいり フルーツポンチ ビスコ	
13日 土	にくうどん ゆかりおにぎり にゆうさんいんりょう	ぎゅうにゆう バームクーヘン	牛乳 ウエハース			
16日 火	ごはん とりにくのマーレードやき ごまみそマヨネーズあえ すましじる	ひやしミルク きなこもち	牛乳 果物	五目煮 果物	きなこもち 牛乳	
17日 水	バターロールパン スパゲティミートソース ポテトチップスサラダ スープ	ひやしミルク いりこ くだもの	牛乳 クッキー	煮豆 スクランブルエッグ	いりこ くだもの 牛乳	
18日 木	わかめごはん さかなのムニエル こふきいも きりぼしだいこんにつけ	ひやしミルク いちごムース	牛乳 ゼリー	浅漬け 果物	いちごムース 牛乳	
19日 金	カレーライス コールスローサラダ ゆでたまご	ミルク たこやき	牛乳 せんべい	味噌汁 切り昆布煮 果物	たこやき 牛乳	
20日 土	パンバンジーふうどん わかめおにぎり にゆうさんいんりょう	ぎゅうにゆう まるぼうろ	牛乳 ウエハース			
22日 月	むぎごはん とうふのやさいあんかけ ピーナッツあえ わかめスープ	ヨーグルトのマンゴー ソースかけ コーンフレーク	牛乳 せんべい	果物 炒り卵	ヨーグルトのマンゴー ソースかけ コーンフレーク	
24日 水	バターロールパン やきそば くだもの かきたまじる	ぎゅうにゆう えだまめおにぎり	牛乳 クッキー	胡瓜のゆかり和え 煮豆	枝豆おにぎり 牛乳	
25日 木	ごはん さかなのフライ せんキャベツのパインソースかけ ひじきのごもくに	フルーツいり フルーチェ	牛乳 パイ	味噌汁 金糸和え さつま芋の甘煮	フルーツいり フルーチェ	
26日 金	なっとうごはん さけのしおやき キャベツときゅうりのあざづけ みそしる	ぎゅうにゆう おはぎ	牛乳 プリン	果物 ごま南瓜煮	おはぎ 牛乳	
27日 土	運動会					
29日 月	むぎごはん にくじゃが エッグサラダ くだもの	ヨーグルトのパイン ソースかけ クラッカー	牛乳 ウエハース	味噌汁 がんも煮	ヨーグルトのパイン ソースかけ クラッカー	
30日 火	おやこどん ほうれんそうのいそあえ すましじる	ミルク ぎゅうにゆうかん	牛乳 クッキー	魚の煮付 果物	ぎゅうにゆうかん 牛乳	

給食だより

赤黄緑の食をバランスよく

食べ物は、それぞれ大切な働きをもっています。
次の3つのグループの食品を、好き嫌いをせずバランスよく
食べましょう！

赤の食べ物
[血や肉になる]
鶏肉・豚肉・牛肉
魚・牛乳・卵
味噌・チーズなど

黄の食べ物
[熱や力になる]
ごはん・パン
じゃが芋・砂糖
油など

緑の食べ物
[体の調子を整える]
キャベツ・たまねぎ
ほうれん草・トマト
みかん・りんごなど

爽やかな秋は食べ物のおいしい季節
です。味覚は幼児期に作られると言
われ、色々な味の経験をする事が
「美味しい」という感覚を養います。
バランスよく、豊かな味覚を育てたい
ですね。