

訓子府町認定こども園 わくわく園

2023年09月分の献立

					1(金)	2(土)
午前					牛乳 りんご	牛乳 せんべい
昼食					ハリハリわかめごはん 豆腐と小松菜のみそ汁 さんまのごま焼き スイカ	鶏そぼろ丼 さつま芋と長ねぎのみそ汁 ほうれん草の煮浸し
午後					牛乳 焼きおにぎり	牛乳 チーズワッフル
	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
午前	牛乳 オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 キウイフルーツ	牛乳 パイナップル	牛乳 りんご	牛乳 ビスケット
昼食	ごはん かに豆腐汁 鮭の大葉みそ焼き マカロニサラダ	【秋の遠足予備日・お弁当の日】	キャベツとベーコンのスパゲティ チンゲン菜の豆乳スープ ゆでとうもろこし	ごはん 豚肉となすのみそ汁 たらのみそ照り焼き 大学かぼちゃ	親子丼 白菜の煮浸し風汁 ほうれん草ともやしのごま和え	じゃこチャーハン コーン入りわかめスープ 鶏のレモン焼き 粉ふき芋(青のり)
午後	牛乳 にんじんケーキ	牛乳 まんまるじゃが	牛乳 枝豆こんぶおにぎり	牛乳 ごまトースト	牛乳 きなこクッキー	牛乳 とりそぼろおにぎり
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
午前	牛乳 梨	牛乳 キウイフルーツ	牛乳 オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 パイナップル	牛乳 クッキー
昼食	ごはん 切干し大根と南瓜のみそ汁 さばのりんごソースかけ いんげんとささみのごまサラダ	ハヤシライス きゅうりの和風サラダ バナナ	みそラーメン じゃがいもとズッキーニのチーズ焼き クレープ(沖縄パイ)	ごはん 小松菜と生揚げのみそ汁 ぶりのから揚げ ひじきと枝豆のサラダ	焼きもちごはん あさりとキャベツのスープ 煮込みとうふハンバーグ	豚肉入りチャーハン チンゲン菜と春雨のスープ さつま芋の甘煮
午後	牛乳 レーズン入りおとうふパン	牛乳 みかん入り牛乳かん	牛乳 きなこのビスコッティ	牛乳 にんじんおやき	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ミルクパン(マーマレード)
	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
午前		牛乳 オレンジ	牛乳 りんご	牛乳 バナナ	牛乳 キウイフルーツ	
昼食	【敬老の日】	ごはん かぼちゃのスープ煮 さけのムニエル コールスローサラダ	親子うどん 大根餅(えび) ヨーグルト	マーボー豆腐丼 卵とトマトのスープ さつま芋のきんぴら	ごはん クラムチャウダー ほっけのカレーフライ ブロッコリーのおかか和え	【秋分の日】
午後		牛乳 和風蒸しパン(あずき)	牛乳 コーンフレーククッキー	牛乳 ごまとチーズのスティックケーキ	牛乳 【ミルククラウン】 きな粉おはぎ	
	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
午前	牛乳 梨	牛乳 オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 柿	牛乳 りんご	牛乳 せんべい
昼食	ごはん 豚汁 たらのもみじ焼き ひじきと大豆の煮物	キッズビビンバ 【誕生会】 わかめと豆腐のスープ パイナップル	あんかけ焼きそば ごぼうの和え物 アップル&キャロットジュース	ごはん 大根の豆乳みそ汁 さばの竜田揚げ 梅ドレッシングサラダ	ドライカレーライス きゅうりとささみのごまサラダ 十五夜デザート 【十五夜】	豚肉のみそ丼 かぼちゃと長ねぎのみそ汁 白菜の磯和え
午後	牛乳 りんごケーキ	牛乳 おからと米粉のドーナツ(ココア)	牛乳 五平餅	牛乳 ほうれん草蒸しパン	牛乳 いももち(みたらし)	牛乳 じゃこごまおにぎり

【献立表について】

- ① 午前のおやつ・・・1～2歳児のみ
(牛乳・・・1～2歳児は65mlずつを午前と午後、
3～5歳児は午後のおやつ時に130ml)
- ② 午後のおやつ・・・1～5歳児(手作りおやつ中心)
- ③ 献立は材料の都合により、変更する場合があります。

【訓子府町認定こども園 わくわく園の給食について】

園では健康増進法に定める食事摂取基準を参考にして、給食を提供しています。

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
* 1～2歳児	460kcal	15～23g	10～15g	1.5g未満
* 3～5歳児	520kcal	17～26g	12～17g	1.6g未満

