

令和4年 9月 保育園・認定こども園給食予定献立表



曜日	日	午前おやつ (3歳未満児)	昼 食		午後おやつ	
			主 菜	副 菜		
月	12 26	せんべい お茶	しょうが焼き	きんぴらごぼう	ジュリアンスープ	きのこスパゲッティ 牛乳100ml
火	13 27	オレンジ お茶	アジフライ	ゆかり和え	凍り豆腐のすまし汁	ぶどうゼリー クラッカー
水	14 お楽しみ献立	ヨーグルト お茶	肉しゅうまい	冷やし中華風サラダ	かぶのみそ汁	なし(梨) せんべい
	28		スペイン風オムレツ	ココロコきゅうり	なめこのみそ汁	ソフトせんべい 牛乳 (未満児 牛乳100ml)
木	1 29	ロールパン お茶	肉じゃが	野菜スープ		コーンのうすやき 牛乳100ml
	15		ツナカレー	かみかみサラダ		中華風クッキー お茶
金	2 30	バナナ お茶	かみなり豆腐	じゃがいものみそ汁	チーズ	フルーツ杏仁 クラッカー
	16 食育の日		ミートボール	ゆでブロッコリー	かぼちゃのみそ汁	ポンデケージョ 牛乳100ml
土	3 17	ビスケット 牛乳	肉野菜炒め	中華スープ		甘辛せんべい 牛乳
月	5	せんべい お茶	スペイン風オムレツ	ココロコきゅうり	なめこのみそ汁	中華風クッキー 牛乳100ml
火	6 20	オレンジ お茶	厚揚げの甘辛炒め	なるとのすまし汁		6日:ジャムサンド 牛乳100ml 20日:さつま芋のタルト 牛乳 (未満児 牛乳100ml)
水	7 21	ヨーグルト お茶	鮭のパン粉焼き	ほうれん草の納豆あえ	きゃべつのみそ汁	揚げせんべい 牛乳 (未満児 牛乳100ml)
木	8 やさいの日 22	ロールパン お茶	野菜のうま煮	卵のスープ	なし(梨)	お好み焼き 牛乳100ml
金	9	バナナ お茶	レバーのケチャップ和え	即席漬	わかめと豆腐のすまし汁	ヨーグルト クラッカー
土	10 24	ビスケット 牛乳	トーフミールの炒り煮	チンゲンサイとコーンのスープ		せんべい 牛乳

食育のテーマ  
「お月見」

日本では旧暦の8月15日の夜(現在の9月中旬から10月上旬)を「十五夜」、この頃の月を「中秋の名月」と呼び、昔から「1年でいちばんきれいな月」として眺めてきました。

ちょうどこの頃に、米や芋などたくさんの作物の収穫時期を迎えることから、収穫の感謝の気持ちをこめて、旬の作物をお供えし、お祝いをします。

今年の十五夜は9月10日です。満月の夜にはご家庭でも、子どもたちとお月様を見上げ、うさぎをさがしてみたいかがでしょうか。

§ お月見団子  
秋の収穫物である里芋をお供えした名残りから団子を里芋の形に似せて飾ったと言われています。

§ すずき  
秋の収穫の感謝を込めて稲穂に見立てて飾ったと言われています。

	3歳以上児 (幼稚園児)		3歳未満児	
	9月分	給与 目標	9月分	給与 目標
熱量 (kcal)	366 (205)	390 (200)	473	490
たんぱく質 (g)	18.6 (13.4)	18.5 (11.5)	18.7	18.4
脂質 (g)	17.0 (10.2)	15.5 (10.4)	15.2	13.6
カルシウム (mg)	243 (106)	230 (100)	222	210
食塩 (g)	1.7 (1.4)	1.6 (1.2)	1.4	1.5

\*3歳未満児の主食はごはんです

\*幼稚園部門(1号認定)のお子さんは昼食のみの提供です