

平成 30 年 9 月 給 食 献 立 表

帯広市 こども 課

日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ
1 土	かしわうどん 果物	かしわうどん 果物		12 水	高野豆腐味噌汁 豚肉と野菜のからめ煮 南瓜甘辛煮 もやしのりあえ ムース	ご飯 高野豆腐味噌汁 豚肉と野菜のからめ煮 南瓜甘辛煮 チーズ巻き焼き もやしのりあえ ムース	ゆでとうもろこし お茶	25 火	南瓜味噌汁 もやしチャンプルー ひじきとツキコンの煮物 ほうれん草ごまあえ 果物	ご飯 南瓜味噌汁 ミニトマト もやしチャンプルー ひじきとツキコンの煮物 ほうれん草ごまあえ 果物	マシュマロおこし 牛乳
3 月	コーンクリームシチュー ポパイオムレツ ひじきの煮物 白菜のりあえ 果物	ご飯 コーンクリームシチュー ポパイオムレツ ひじきの煮物 きのこバター炒め 白菜のりあえ 果物	米菓子 甘納豆 牛乳	13 木	にら味噌汁 たら立田揚げ なす味噌炒め ほうれん草おひたし 果物	菜飯 にら味噌汁 たら立田揚げ なす味噌炒め ほうれん草おひたし 果物	クッキー レーズン 牛乳	26 水	きのこご飯 秋鮭鍋 すりみ焼き物 ミニトマト 小松菜おひたし 果物	きのこご飯 秋鮭鍋 すりみ焼き物 ミニトマト 小松菜おひたし 果物	ビスケット おしゃぶりスルメ 牛乳
4 火	すりみ団子スープ 大豆と鶏肉の煮物 さつまいも甘辛煮 キャベツ昆布あえ 果物	スープとシシト入りご飯 果物 すりみ団子スープ 大豆と鶏肉の煮物 さつまいも甘辛煮 キャベツ昆布あえ	きなこ ジャムサンド 牛乳	14 金	白菜スープ ミニトマト 大豆ドライカレー キャベツとほうれん草のナムル 果物	大豆ドライカレーライス 白菜スープ ミニトマト キャベツとほうれん草のナムル 果物	米菓子 一口きび団子 牛乳	27 木	豆腐味噌汁 八宝菜 果物 大根と油揚げ煮物 ほうれん草しらすあえ	鮭ふりかけご飯 豆腐味噌汁 八宝菜 果物 大根と油揚げ煮物 ほうれん草しらすあえ	米菓子 一口きび団子 牛乳
5 水	豆腐味噌汁 ポテトコロッケ ミニトマト 切干大根の煮物 小松菜おひたし 果物	ご飯 豆腐味噌汁 果物 ポテトコロッケ ミニトマト 切干大根の煮物 ウィンナーソテー 小松菜おひたし	ビスケット 一口昆布 牛乳	15 土	焼きそば ワカメスープ 果物	焼きそば ワカメスープ 果物		28 金	コーン卵スープ 若鶏桑焼き さつまいもオレンジ煮 チーズおかかあえ 果物	ツナピラフ コーン卵スープ 若鶏桑焼き さつまいもオレンジ煮 チーズおかかあえ 果物	ビスケット おやつ煮干 牛乳
6 木	さつまい 鮭照り焼き なすそぼろ煮 チーズおかかあえ 果物	ひじきご飯 さつまい 鮭照り焼き なすそぼろ煮 チーズおかかあえ 果物	フルーツ ヨーグルトあえ お茶	18 火	南瓜のポターージュ ウィンナーソテー いんげん煮あわせ 小松菜ごまあえ 果物	栗ご飯 南瓜のポターージュ ウィンナーソテー いんげん煮あわせ 小松菜ごまあえ 果物	あすなろヨーグルト ブリッツ お茶	29 土	和風スパゲッティ コンソメスープ 果物	和風スパゲッティ コンソメスープ 果物	
7 金	手づくり醤油ラーメン 果物	豆入りおにぎり 手づくり醤油ラーメン 果物	米菓子 ブルー 牛乳	19 水	三色丼 澄まし汁 鶏肉照焼 ミニトマト 南瓜バター煮 果物 ブロッコリーおかかあえ	三色丼 澄まし汁 鶏肉照焼 ミニトマト 南瓜バター煮 果物 ブロッコリーおかかあえ	ロールケーキ お茶				
8 土	スパゲッティミートソース コンソメスープ 果物	スパゲッティミートソース コンソメスープ 果物		20 木	切干大根スープ さば味噌煮 炒り豆腐 小松菜昆布あえ 果物	ご飯 切干大根スープ さば味噌煮 コーンソテー 炒り豆腐 小松菜昆布あえ 果物	クラッカー チーズ 乳酸菌飲料	<p>まだまだ暑い日が続きます。ご飯を持ってくる日は、お弁当箱のふたをする前にご飯をしっかり冷まし、食中毒にならないよう気をつけましょう。</p> <p>また、運動会のシーズンでもありますね。毎日の練習・本番に備えて3度の食事をしっかり食べ、しっかりと睡眠をとって、元気に保育所へ行きましょう！</p>			
10 月	とかちマッシュ澄まし汁 かき揚げ天 きつねの嫁入り いんげんごまあえ 果物	炒め納豆ご飯 かき揚げ天 とかちマッシュ澄まし汁 きつねの嫁入り いんげんごまあえ 果物	ごまだんご 牛乳	21 金	きのこ味噌汁 高野豆腐卵とじ いもベーコン煮 ほうれん草おひたし 果物	ふりかけご飯 きのこ味噌汁 高野豆腐卵とじ いもベーコン煮 ほうれん草おひたし 果物	ハムチーズ蒸しパン 牛乳	<p>今月の行事</p> <p>9月19日(水) 誕生会 9月26日(水) ふるさと給食</p>			
11 火	いも味噌汁 さんま煮魚 煮あわせ 小松菜しらすあえ 果物	ご飯 いも味噌汁 さんま煮魚 煮あわせ 人参スパゲッティ 小松菜しらすあえ 果物	鉄の国のアリス チーズ 牛乳	22 土	わかめうどん 果物	わかめうどん 果物					

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。

9月の栄養(平均)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
3歳未満児	537kcal	20.9g	17.6g	1.8g
3歳以上児 (副食のみ)	432kcal	19.3g	17.0g	2.0g