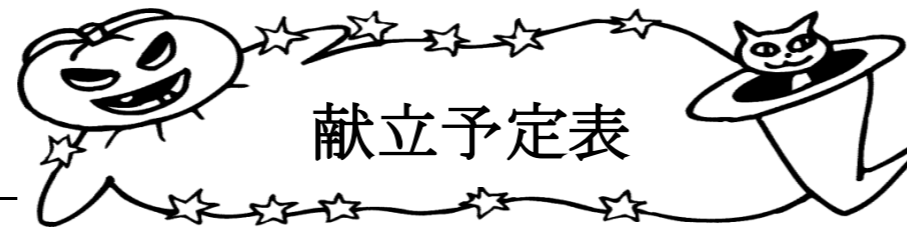


2019年10月



今月の給与栄養量
 未満児 477kcal
 以上児 508kcal
 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
 477kcal 17.3g 14.6g 1.9g
 508kcal 18.6g 14.4g 2.2g

祝昌第二保育園

日	曜日	行事	10時のおやつ	昼食	3時おやつ	離乳食(中期)
1	火		麦茶 野菜スティック	けんちんうどん ニラと半片のもちふわ焼き 野菜とハムの和え物 巨峰	牛乳 ツナパン	肉うどん 野菜の煮物 巨峰
2	水	運動会予行練習	牛乳 カニチップ	桜ご飯 タンドリーチキン 和風酢の物 ニラの味噌汁 グレープフルーツ	ヤクルト バタークッキー	桜粥 鶏肉の洋風煮 味噌汁 グレープフルーツ
3	木		麦茶 集中力かり	ナポリタン 豆腐サラダ きのことスープ キウイ	牛乳 ワンタンチーズフライ	スープスパ 豆腐の煮物 キウイ
4	金		牛乳 おむすびころりん	高野豆腐のそばろご飯 かぼちゃサラダ 春雨スープ オレンジ	オレンジジュース チーズ	そばろ粥 かぼちゃの煮物 味噌汁 オレンジ
5	土		りんご乳酸菌 ミニハート	調理パン 牛乳		スティックパン ミルク
6	日					
7	月	防犯訓練	牛乳 ソフトケーキ	白飯 大根と鶏肉のバター醤油煮 ワカメサラダ なめこ汁 グレープフルーツ	飲むヨーグルト カニチップ	白粥 大根と鶏肉の煮物 味噌汁 グレープフルーツ
8	火	運動会予行練習	牛乳 ひとつちおかき	きのこうどん 豆腐の味噌チーズ焼き キャベツとコーンの和え物 巨峰	麦茶 ココアババロア	うどんのくたくた煮 豆腐の和風煮 巨峰
9	水		牛乳 集中力かり	黄金飯 鯖のおろし煮 トマトサラダ ニラ玉汁 バナナ	オレンジゼリー おむすび ころりん	かぼちゃ粥 タラの煮物 すまし汁 バナナ
10	木	カラーガード指導 (5歳児)	麦茶 野菜スティック	塩焼きそば シュウマイ 酢の物 半片スープ みかん缶	牛乳 しらすと ほうれん草のおにぎり	ミートマカロニ 野菜の洋風煮 スープ みかん缶
11	金		牛乳 小丸ちゃん	秋野菜カレー 福神漬 コーンサラダ 豆腐の味噌汁 柿	りんごジュース チーズ	ミックス粥 ささみのごまスティック 味噌汁 柿
12	土	運動会	ジュース バタークッキー	お菓子		
13	日					
14	月	体育の日				
15	火	安全点検日	麦茶 野菜スティック	磯うどん 厚揚げの煮物 ツナサラダ オレンジ	牛乳 ふかし芋	野菜うどん 豆腐のうま煮 オレンジ
16	水	体育指導(3歳以上児) 健康診断	牛乳 カニチップ	栗の中華風おこわ 白身魚の洋風焼き 野菜の磯和え もやしの味噌汁 バナナ	ジョア ひとつちおかき	白粥 魚の煮物 味噌汁 バナナ
17	木		麦茶 ソフトケーキ	にゅうめん かぼちゃのそばろあんかけ ツナときゅうりの和風和え パイン缶	牛乳 きなこトースト	にゅうめん かぼちゃのそばろ煮 パイン缶
18	金	体位測定	牛乳 ミニハート	ビビンバ丼 ポテトサラダ 玉ねぎの味噌汁 キウイ	野菜ジュース チーズ	鶏粥 じゃが芋の煮物 味噌汁 キウイ
19	土		ピルクル 集中力かり	調理パン 牛乳		パン粥 ミルク
20	日					
21	月	消防訓練	麦茶 小丸ちゃん	白飯 鮭のチャンチャン焼き しらす入り酢の物 麩とえのきのすまし汁 バナナ	牛乳 ソフトケーキ	白粥 白身魚の洋風煮 すまし汁 バナナ
22	火	即位礼正殿の儀				
23	水		牛乳 バタークッキー	もみじご飯 厚揚げと野菜の味噌炒め タルタルサラダ コーンスープ 柿	プリン ミニハート	白粥 豆腐と野菜の煮物 スープ 柿
24	木	和太鼓(3歳以上児)	麦茶 野菜スティック	和風ツナスパゲティ 中華風酢の物 わかめスープ キウイ	牛乳 栗蒸しパン	柔らかスパゲティ 鶏肉の和風煮 スープ キウイ
25	金	消防写真会(5歳児) 職員会議	牛乳 カニチップ	卵あんかけご飯 春雨サラダ 豚汁 りんご	オレンジジュース チーズ	ミックスリゾット 野菜のそばろ煮 味噌汁 りんご
26	土		りんご乳酸菌 おむすびころりん	調理パン 牛乳		スティックパン ミルク
27	日					
28	月	交通安全教室(3歳以上児)	麦茶 ミニハート	白飯 チーズハンバーグ 拌三絲 中華風野菜スープ バナナ	牛乳 集中力かり	白粥 赤ちゃんハンバーグ スープ バナ ナ
29	火		麦茶 ソフトケーキ	鶏ちゃんうどん さつまいのオレンジ煮 切り干し大根ナムル 柿	牛乳 玄米入りクッキー	そばろうどん さつまいの煮物 柿
30	水		牛乳 ひとつちおかき	白飯 まぐろの五色揚げ煮 マカロニサラダ 田舎汁 グレープフルーツ	ヤクルト カニチップ	白粥 魚の和風煮 味噌汁 グレープフ ルーツ
31	木		麦茶 野菜スティック	ラーメン 餃子 野菜炒め りんご	牛乳 かぼちゃケーキ	ミートスープマカロニ 野菜のうま煮 りんご

旬食材：かぼちゃ (かぼちゃサラダ 黄金飯 かぼちゃのそばろあんかけ 田舎汁 かぼちゃケーキ) 季節の献立：秋野菜カレー 栗蒸しパン 鮭のチャンチャン焼き 栗の中華風おこわ