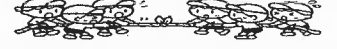


日 曜	献立名	上：未開児朝のおやつ 下：全児3時のおやつ	材 料 名
1	鶏の照り焼き ／ 温野菜サラダ 火 相性汁・梨	牛乳・ねじねじ パンせんべい スキムミルク	なたね油・三温糖・じゃが芋・さつまいも・マヨネーズ・ねりこ・ま・バター・黒糖・フランスパン 白身魚・芽ひじき・厚揚げ・ベーコン・高野豆腐・チーズ・黄粉・牛乳
2	魚のキャロットソース焼き ／ ひじきの煮物 水 高野豆腐のスープ・チーズ	牛乳・クラッカー 黄粉だんご 牛乳	なたね油・三温糖・白米 白身魚・芽ひじき・厚揚げ・ベーコン・高野豆腐・チーズ・黄粉・牛乳
3	誕生会★トマトライス ／ タンドリーチキン・スープ 木 ドレッシングサラダ・ゼリー	牛乳・せんべい ロールケーキ スキムミルク	牛ミンチ・鶏肉・ヨーグルト・わかめ・いりこ・スキムミルク
4	ミートボールスープ ／ 切干大根の煮物 金 すいか	牛乳・スナック クロワッサン スキムミルク	なたね油・三温糖・片栗粉・春雨 合挽ミンチ・大豆・天ぷら・スキムミルク
5	焼きそばあんかけ ／ きゅうりの変わり漬け 土 ブルーン	牛乳・ビスケット 菓子（スナック） 麦茶	三温糖・なたね油・中華めん・ごま油・片栗粉 豚肉・ちくわ
7	肉野菜中華炒め ／ 煮大豆 月 薄し汁・りんご	牛乳・クッキー フルーツヨーグルト和え スキムミルク	なたね油・三温糖 豚肉・大豆・昆布・ヨーグルト・スキムミルク
8	魚のマーマレード焼き ／ ひじきのゴマドレサラダ 火 大豆のカレースープ・チーズ	牛乳・あられ 袋菓子（ビスケット） りんごジュース	なたね油・白ごま・三温糖・ごま油・マーマレード・じゃが芋・ビスケット 白身魚・芽ひじき・大豆・ベーコン・チーズ
9	南入りさつま揚げ ／ 切干大根とじゃこのサラダ 水 卵スープ	牛乳・ポップコーン みたらし団子 スキムミルク	片栗粉・ごま油・なたね油・白ごま・三温糖 白身魚すり身・木綿豆腐・卵・しらす干し・卵・スキムミルク
10	魚の塩麹焼き ／ 梅肉和え 木 みそ汁・梨	牛乳・ウエハース ホイルクッキー 牛乳	三温糖・小麦粉・バター 白身魚・かつお節・油揚げ・いりこ・米みそ・卵・牛乳・チーズ
11	ビーフカレー ／ ツナサラダ 金 ぶどう	牛乳・大豆チップス フルーツゼリー おこし・ミルク	牛肉・ツナ缶・スキムミルク 玉葱・人参・エリンギ・グリーンピース・トマトピューレ・キャベツ・きゅうり・ぶどう・パイン缶
12	スパゲティナポリタン ／ わかめの酢の物 土 スープ	牛乳・宇スナック 菓子（ねじねじ） 麦茶	三温糖・なたね油・バター・スパゲティ・白ごま ベーコン・粉チーズ・わかめ レタス・キャベツ・きゅうり・玉葱・ピーマン・エリンギ・トマトピューレ・人参・貝割菜
14	高野豆腐のオランダ煮 ／ ごま和え 月 ミネストローネ・ブルーン	牛乳・せんべい ジャムパン 牛乳	じゃが芋・なたね油・三温糖・白ごま・マカロニ・ロールパン・ジャム 鶏肉・高野豆腐・ちくわ・牛乳

日 曜	献立名	上：未開児朝のおやつ 下：全児3時のおやつ	材 料 名
15	豚汁 ／ 洋風なます 火 梨	牛乳・小魚スナック フルーツ白玉 スキムミルク	なたね油・じゃが芋・三温糖・白ごま・ジャム・白玉もち 赤：血や肉や骨になるもの 緑：体の調子を整えるもの
16	魚の南蛮漬け ／ レモン和え 水 みそ汁・ブルーン	牛乳・かりんとう おはぎ 麦茶	三温糖・なたね油・精白米・もち米 白身魚・米みそ・厚揚げ・いりこ・米みそ・黄粉・小豆
17	ポークビーンズ ／ ひじきのマリネ 木 ぶどう	牛乳・ポップコーン レーズンパン スキムミルク	じゃが芋・なたね油・白ごま・三温糖・レーズンパン 豚肉・大豆・ベーコン・芽ひじき・ベーコン・スキムミルク
18	豚肉の柳川煮 ／ ごま和え 金 みそ汁・チーズ	牛乳・クラッカー おにぎり（貝割菜） 麦茶	なたね油・三温糖・精白米・白ごま 豚肉・わかめ・油揚げ・いりこ・みそ・スキムミルク・チーズ
19	運 動 会 		
23	魚の立田揚げ ／ ツナと青菜のさっぱり和え 水 みそ汁・ブルーン	牛乳・ねじねじ フルーツゼリー せんべい・ミルク	なたね油・三温糖・白ごま・せんべい 白身魚・ツナ缶・いりこ・米みそ・スキムミルク
24	松風焼き ／ 納豆和え 木 春雨スープ・りんご	牛乳・宇スナック 月見だんご スキムミルク	なたね油・白ごま・春雨・白玉粉・三温糖 鶏ミンチ・卵・納豆・スキムミルク・黄粉
25	ビーフシチュー ／ スパゲティサラダ ゼリー	牛乳・クッキー キャロット・寒天 手チップ スキムミルク	なたね油・三温糖・じゃが芋・スパゲティ・手チップ 牛肉・ツナ缶・寒天・ヨーグルト・スキムミルク
26	ちゃんぽん ／ ポテトサラダ 土 ブルーン	牛乳・せんべい 菓子（かりんとう） 麦茶	三温糖・なたね油・ちゃんぽん麺・じゃが芋・マヨネーズ 豚肉・かまぼこ
28	レバーの旨煮 ／ 山吹和え 月 南瓜スープ・チーズ	牛乳・かりんとう 大豆ドーナツ スキムミルク	なたね油・三温糖・ホットケーキ粉・黒ごま 鶏レバー・卵・おから・豆腐・チーズ・スキムミルク
29	煮魚 ／ もずくのチャプチェ 火 コンソメスープ・梨	牛乳・ビスケット メロンパン スキムミルク	三温糖・なたね油・白ごま・メロンパン 白身魚・豚肉・もずく・スキムミルク
30	イエローポタージュ ／ 切干大根のサラダ 水 りんご	牛乳・ウエハース 焼き芋 スキムミルク	なたね油・三温糖・白ごま・じゃが芋・さつま芋 鶏肉・チーズ・豆腐・わかめ・スキムミルク



誕生会は、3日(木)です。

お箸だけ
持ってきて下さい。

9月の食育目標

- ・十分な睡眠をとり夏の疲れを回復させよう。
- ・運動会の練習が始まります。朝食を必ず食べましょう。
- ・季節の食材：なす、ピーマン、小松菜、ぶどう、梨



9月給食献立予定表

御原保育所



曜日	三才未満児・おやつ	主食	全児昼食	3時おやつ	備考
1 火	牛乳、せんべい	ご飯	魚のだしあんかけ・温野菜サラダ・相性汁・梨	ミルク・パンせんべい	
2 水	牛乳、クッキー	ご飯	鶏のたつたあげ・さっぱり和え・みそ汁・ぶどう	ミルク・りんごとさつま芋の重ね煮	
3 木	牛乳、ウエハース	ご飯	魚の人参ソース焼き・ひじきの煮物・スープ・チーズ	ミルク・大豆ドーナツ	
4 金	牛乳、せんべい	ご飯	ミートボールスープ・切り干し大根の煮物・梨	ミルク・ハムとコーンの煮しパン	
5 土	牛乳、サブレ		あんかけ焼きそば・胡瓜の変わり漬け・ブルーネ	牛乳・袋菓子	
7 月	牛乳、せんべい	ご飯	肉野菜炒め・煮大豆・すまし汁・ぶどう	ミルク・きな粉煮しパン	
8 火	牛乳、サブレ	ご飯	魚のマーマレード煮・ゴマドレサラダ・スープ・チーズ	ミルク・ジャムパン	
9 水	牛乳、せんべい	ご飯	南瓜入りさつま揚げ・切り干し大根サラダ・みそ汁・梨	ミルク・みたらし団子	
10 木	牛乳、クッキー	ご飯	魚の塩こうじ焼き・梅肉和え・みそ汁・ぶどう	ミルク・ホイールケーキ	
11 金	牛乳、せんべい	ご飯	ビーフカレー・ツナサラダ・ブルーネ	ミルク・人参スコーン	
12 土	牛乳、サブレ		スパゲティナポリタン・スープ・梨	牛乳・袋菓子	
14 月	牛乳、ウエハース	ご飯	高野豆腐のオレンジ煮・胡麻和え・ミネストローネ・ブルーネ	フルーツ白玉	
15 火	牛乳、サブレ	ご飯	照り焼きチキン・きんぴらごぼう・スープ・ぶどう	ミルク・ツナカレーtoast	
16 水	牛乳、せんべい	ご飯	魚の南蛮漬・レモン和え・みそ汁・チーズ	ミルク・豆乳もち	
17 木	牛乳、サブレ	ご飯	ポークビーンズ・ひじきのマリネ・梨	ミルク・ポップコーン	
18 金	牛乳、ウエハース	ご飯	豚肉の柳川煮・胡麻和え・みそ汁・ぶどう	おにぎり	
19 土	牛乳、せんべい		五目そうめん・南瓜サラダ・チーズ	牛乳・袋菓子	
23 水	牛乳、クッキー	ご飯	イエローポタージュ・切り干し大根サラダ・ブルーネ	ミルク・カントリークッキー	
24 木	牛乳、せんべい	ご飯	松風焼き・納豆和え・春雨スープ・梨	ミルク・月見団子	
25 金	牛乳、サブレ		トマトライス・タンドリーチキン・サラダ・スープ・ゼリー	ミルク・ケーキ	誕生会
26 土	牛乳、ウエハース		ちゃんぽん・ポテトサラダ・ぶどう	牛乳・袋菓子	
28 月	牛乳、せんべい	ご飯	レバーの旨煮・山吹和え・スープ・チーズ	おはぎ	
29 火	牛乳、クッキー	ご飯	ビーフシチュー・スパゲッティサラダ・梨	ミルク・キャラット寒天・パン	クッキング
30 水	牛乳、せんべい	ご飯	煮魚・もずくのチャブチ・スープ・ぶどう	ミルク・切り干し大根もち	

お知らせ

・7(金)は誕生会です。おはしだけ持たせて下さい。

☆ししゃものカレーフリッター①・磯辺揚げ②

(子ども1人分)

<作り方>

材料の入荷の都合などで給食の内容が一部変更になる場合があります



ししゃも	1尾
カレー粉	0.1g
てんぷら粉	3g
青のり	0.2g
てんぷら粉	3g
揚げ油	適量

- ① てんぷら粉を水で溶き、分量のカレー粉(青のり)を加えて混ぜ合わせる。ししゃもに衣をつける。
- ② 揚げ油を用意する。180℃の油で①を揚げる。(AとBは別々に)



9 月 給 食 だ よ り

2020. 8.31

大崎保育所

日	曜日	未 満 児 朝のおやつ	未 満 児 主 食	全 児 昼 食	全児3時の お や つ	3歳以上児 1日のカロリー
1	火	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	魚のだしあんかけ、温野菜サラダ、相性汁	ミルク パンせんべい	390
2	水	牛乳 ビスコ	ごはん	わかめ入りすまし汁 肉野菜中華炒め、煮大豆、りんご	ミルク きな粉蒸しパン	343
3	木	牛乳 プルーン	ごはん	高野豆腐のスープ、すいか 魚のキャロットソース焼き、ひじきの煮物	ミルク 大豆入りドーナツ	420
4	金	牛乳 ウエハース	ごはん	チーズ ミートボールスープ、切り干し大根の煮物	ミルク ハムとコーンの蒸しパン	403
5	土	牛乳 チーズ		ちゃんぽん、ポテトサラダ、プルーン	牛乳 コーンスナック	505
7	月	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	* 誕生会 トマトライス、タンドリーチキン、サラダ、ゼリー	りんごジュース ロールケーキ	543
8	火	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	大豆入りスープ、プルーン 魚のマーマレード煮、ひじきのごまドレサラダ	牛乳 ミレービスケット	335
9	水	牛乳 ビスコ	ごはん	卵スープ、梨 南瓜入りさつま揚げ、切り干し大根のサラダ	ミルク みたらし団子	383
10	木	牛乳 プルーン	ごはん	ビーフカレー、ツナサラダ、プルーン	ミルク あべ川寒天	476
11	金	牛乳 ウエハース	ごはん	ビーフシチュー、スパゲティサラダ、ゼリー	ミルク、クロワッサン キャロット寒天	443
12	土	牛乳 チーズ		青梗菜のスープ スパゲティナポリタン、きやべつの酢の物	ミルク 焼き芋	406
14	月	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	ミネストローネ、梨 高野豆腐のオランダ煮、野菜のごまあえ	麦茶 フルーツ白玉	428
15	火	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	コーンポタージュ 照り焼きチキン、きんぴらごぼう、プルーン	ミルク ツナカレートースト	358

～今月の目標～

* 十分な睡眠をとり、夏の疲れを回復
させよう。(早寝・早起き・朝ごはん)

* 運動会に向けての練習が始まり午前
中の活動が増えます。朝食は必ず
食べるようにしましょう。

* 食事の室内温度を快適にし(涼しく)
食事が進む環境をつくりまします。

* 残暑が続くため、食欲に応じたメニュー・
盛りつけ量を配慮します。残さず食べて
体力をつけていきます。

* 食中毒予防のため、給食室内の温度・
湿度を、25℃・80%以下にします。

* 季節の食材・・・小松菜・ピーマン・
茄子・ぶどう・梨など

* 材料の入荷の都合で、給食の内容
が一部変更になる場合があります。



9 月 給 食 だ よ り

2020. 9.15

おお ざき ほいく しょ
大崎保育所

ひ 日	ようび 曜日	未 満 児 あさ 朝のおやつ	未 満 児 しゅ 主 食	全 児 ぜん 児 ちゅう 全 児 昼 食	全児3時の お や つ	3歳以上児 さい いじょう 1日のカロリー
16	すい 水	牛乳 ビスコ	ごはん	ゼリー 魚の南蛮づけ、レモンあえ、茄子入りみそ汁	ミルク とう 豆乳もち	377
17	もく 木	牛乳 ブルー	ごはん	豆腐入りみそ汁 豚肉の柳川煮、きやべつともやしのごまあえ	麦茶 わかめ入りおにぎり	388
18	きん 金	牛乳 ウエハース	ごはん	ポークビーンズ、ひじきのマリネ、りんご	ミルク ポップコーン	409
19	ど 土	牛乳 卵ボーロ		五目そうめん、南瓜サラダ、梨	牛乳 野菜かりんとう	444
23	水	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	プルーン 魚の塩麹焼き、梅肉あえ、南瓜入りみそ汁	ミルク ジャムパン	371
24	木	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	松風焼き、納豆あえ、春雨スープ、りんご	ミルク あべ川うどん	368
25	金	牛乳 ビスコ	ごはん	具だくさんのみそ汁 魚の立田揚げ、ツナと青菜のさっぱりあえ	ミルク さつま芋とりんごの重ね煮	337
26	土	牛乳 ウエハース		プルーン あんかけ焼きそば、胡瓜の変わりづけ	麦茶 ウインナー入りおにぎり	505
28	げつ 月	牛乳 プルーン	ごはん	梨 レバーの旨煮、山吹あえ、南瓜入りスープ	麦茶 おはぎ	418
29	か 火	牛乳 卵ボーロ	ごはん	プルーン 煮魚、もずくのチャブチェ、コンソメスープ	ミルク 切り干し大根もち	353
30	水	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	りんご イエローポタージュ、切り干し大根のサラダ	ミルク カントリークッキー	415

こん こんだて
～今月の献立より～

南瓜入りさつま揚げ(子ども5人分)
(10個分)

ざいりよう 材料	りよう 分量
・白身魚のすり身	100g
・南瓜	100g
・にら	25g
・生姜汁	3cc
・木綿豆腐	50g
・片栗粉	5g
・卵	1個
・塩	1g
・みりん	5cc(小さじ1弱)
・揚げ油	適量



つく かた
作り方

- ①木綿豆腐はペーパータオルなどに包み水気をきっておく。
- ②南瓜は皮と種を取り短めの干切り、にらは小口切りにする。
- ③ボウルに白身魚のすり身、①、②、生姜汁、片栗粉、卵、塩、みりんを入れ混ぜ合わせる。
- ④揚げ油を火にかけ、③をスプーンですくいながら中火できつね色になるまで揚げる。

* 材料の入荷の都合で、給食の内容が一部変更になる場合があります。