



9月 予定献立表 & 給食だより

※1歳以上の未満児さんは、9時30分頃に牛乳がでます。
※材料の都合により、献立を変更する場合があります。
※◎は朝おやつ、○は午後おやつ材料です。

認定こども園世羅幼稚園

| 日付 | 献立名 | 材料名 (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料) | | | 日付 | 献立名 | 材料名 (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料) | | | おやつ (◎は10時、○は午後おやつ) |
|-----|---|--|---|---|-----|--|--------------------------------------|--|--|-------------------------------------|
| | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 01金 | 始業式 ごはん、みそ汁、チャブチュ、切干大根のナムル、くだもの | ◎食パン、さといも、はるさめ、砂糖、ごま、ごま油、米 | ◎牛乳、牛肉(肩)、米みそ(淡色辛みそ)、◎生クリーム、かにかまぼこ、油揚げ、◎牛乳 | くだもの、たまねぎ、にんじん、ピーマン、◎マーマレード、きゅうり、切り干しだいこん、ねぎ、カットわかめ、干しいたけ | 15金 | 食育の日(非常食ってどんなの?) ごはん、ハヤシライス、ストックサラダ、くだもの | じゃがいも、マヨネーズ、マカロニ、米粉、油、米 | ◎牛乳、ツナ油漬缶、◎牛乳 | パイナップル、たまねぎ、にんじん、◎ジャム、きゅうり、コーン(冷凍)、ひじき | ◎牛乳、◎牛乳、◎クラッカーサンド |
| 02土 | ごはん、みそ汁、とりの野菜丼、くだもの | 油、片栗粉、米 | ◎牛乳、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳 | くだもの、もやし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、カットわかめ | 16土 | ごはん、みそ汁、野菜そぼろ丼、くだもの | 油、米粉、ごま油、米 | ◎牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳 | くだもの、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、コーン缶、カットわかめ | ◎牛乳、◎牛乳、◎ゼリー |
| 04月 | ごはん、鶏肉と小松菜のクリームライス、わかめの酢の物、くだもの | じゃがいも、◎砂糖、米粉、油、砂糖、ごま油、米 | 豆乳、鶏もも肉、◎ヨーグルト(無糖)、◎牛乳 | くだもの、◎もも缶(黄桃)、◎みかん缶、たまねぎ、キャベツ、クリームコーン缶、にんじん、きゅうり、こまつな、カットわかめ、にんにく | 19火 | ごはん、みそ汁、鶏肉のマーマレード焼き、筑前煮、くだもの | ◎小麦粉、◎砂糖、糸こんにゃく、砂糖、米 | ◎牛乳、鶏もも肉(皮付き)、◎豆乳、赤みそ、◎卵、ちくわ、◎バター、油揚げ、◎牛乳 | くだもの、たまねぎ、れんこん、なめこ、にんじん、いんげん、ごぼう、マーマレード、◎レモン、ねぎ | ◎牛乳、◎牛乳、◎瀬戸内レモンケーキ |
| 05火 | ふるさと給食 ごはん、すまし汁、鯛のカレームニエル、いんげんのごま和え、くだもの | ◎じゃがいも、小麦粉、ごま、◎油、◎片栗粉、◎米粉、米 | ◎牛乳、たい、◎ウインナー、油揚げ、バター、◎牛乳 | なし、だいこん、キャベツ、たまねぎ、いんげん、しめじ、◎にんじん、にんじん | 20水 | ごはん、とうがんと汁、鰹のフライ、こぶき芋、ごまみそ和え、くだもの | じゃがいも、◎もち米、◎米、パン粉、油、小麦粉、ごま、砂糖、◎砂糖、米 | あじ、◎つぶしあん(砂糖添加)、鶏ささ身、卵、米みそ(甘みそ)、◎きな粉、◎牛乳 | くだもの、キャベツ、とうがんと、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、きゅうり、ねぎ、カットわかめ、あおのり | ◎牛乳、◎お茶、◎おはぎ |
| 06水 | ごはん、中華スープ、シェパーズパイ、人参とブロッコリーのサラダ、くだもの | じゃがいも、◎食パン、◎マーガリン、◎砂糖、三温糖、油、米 | ◎牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、豆乳、ツナ油漬缶、バター、◎牛乳 | くだもの、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、カットわかめ | 21木 | ごはん、キーマカレー、ブロッコリーのサラダ、くだもの | ◎砂糖、油、マヨネーズ、米粉、三温糖 | ◎ヨーグルト(ドリンク)、豚ひき肉、ウインナー、◎牛乳 | くだもの、たまねぎ、◎なし、にんじん、きゅうり、ブロッコリー、ピーマン、干しぶどう、トマトピューレ、◎レモン果汁、◎かんでん、にんにく、しょうが | ◎牛乳 ふるさと給食 ◎飲むヨーグルト ◎なしゼリー |
| 07木 | お誕生会 ごはん、みそ汁、魚のフライタルタルソース、スパゲティのフレンチサラダ、お楽しみデザート | ◎小麦粉、◎油、◎砂糖、マヨネーズ、パン粉、スパゲティ、油、小麦粉、オリーブ油、砂糖、米 | ◎牛乳、さけ、卵、◎卵、◎豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、ハム、◎牛乳 | たまねぎ、もやし、きゅうり、◎バナナ、にんじん、しめじ、カットわかめ | 22金 | 絵本給食(わたなべさん) ごはん、コンソメスープ、ナポリタン、コールスローサラダ、くだもの | ◎じゃがいも、スパゲティ、◎油、油、オリーブ油、砂糖、米 | ◎牛乳、ベーコン、ウインナー、◎牛乳 | くだもの、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、きゅうり、ピーマン | ◎牛乳、◎牛乳、◎フライドポテト(カレー味) |
| 08金 | ごはん、もずくスープ、鶏の唐揚げ、ほうれん草とちくわのあえ物、くだもの | マヨネーズ、油、片栗粉、米 | ◎牛乳、鶏もも肉、◎カルピス、ちくわ、◎ゼラチン、かつお節、◎牛乳 | くだもの、もずく、ほうれん草、キャベツ、たまねぎ、コーン缶、オクラ、しょうが、にんにく | 25月 | ふるさと給食 ごはん、すまし汁、鶏ささ身の甘酢あんかけ、そうめんうりのマヨサラダ、くだもの | ◎さつまいも、マヨネーズ、片栗粉、油、◎砂糖、ごま油、砂糖、米 | ◎牛乳、鶏ささ身、ハム、◎牛乳 | くだもの、たまねぎ、きゅうり、そうめんうり、にんじん、しめじ、ピーマン、こまつな、カットわかめ、レモン果汁、◎レモン果汁 | ◎牛乳、◎牛乳、◎さつまいものレモン煮 |
| 09土 | ごはん、みそ汁、豚肉と野菜の炒め物、くだもの | ◎小麦粉、◎砂糖、◎油、油、片栗粉、米 | ◎牛乳、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、◎卵、◎牛乳 | たまねぎ、バナナ、もやし、こまつな、えのきたけ、にんじん、ねぎ、カットわかめ、にんにく、しょうが | 26火 | ごはん、吉野汁、さけの塩焼き、パンサンスー、くだもの | ◎砂糖、三温糖、油、ごま油、片栗粉、米 | さけ、◎ヨーグルト(無糖)、◎豆乳、◎生クリーム、ウインナー、◎ゼラチン、◎牛乳 | くだもの、キャベツ、だいこん、にんじん、きゅうり、ねぎ、◎レモン果汁、ひじき | ◎牛乳、◎お茶、◎豆乳ムース |
| 11月 | ごはん、相性汁、豚のしょうが焼き、野菜炒め、くだもの | ◎米、◎砂糖、油、◎黒ごま、米、さつまいも | 豚肉(ロース)、豆乳、◎油揚げ、白みそ、◎ベーコン、ウインナー、かつお節、◎牛乳 | くだもの、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、ピーマン、しょうが | 27水 | ごはん、豆乳スープ、ポークビーンズ、ピーマンのツナあえ、くだもの | じゃがいも、◎砂糖、◎ポップコーン、ねりごま、三温糖、◎油、油、砂糖、米 | ◎ヨーグルト(ドリンク)、豆乳、豚肉(肩ロース)、蒸し大豆、ツナ油漬缶、◎豆乳、◎バター、◎牛乳 | くだもの、はくさい、ピーマン、ホールトマト缶詰、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、コーン缶、ひじき、にんにく、しょうが | ◎牛乳、◎飲むヨーグルト、◎キャラメルポップコーン |
| 12火 | ごはん、みそ汁、焼きそば、きゅうりの昆布あえ、くだもの | 焼きそばめん、◎小麦粉、米、◎砂糖、油、天かす | ◎牛乳、豚肉(肩)、◎豆乳、◎卵、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、◎無塩バター、かつお節、◎牛乳 | くだもの、きゅうり、かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、ねぎ、塩こんぶ、カットわかめ、あおのり | 28木 | 大阪郷土料理 ごはん、肉吹い、大阪風 お好み揚げ、小松菜とえのきのおひたし、くだもの | ◎米、小麦粉、油、砂糖、米 | 木綿豆腐、牛肉(肩ロース)、◎鶏もも肉、ちくわ、かまぼこ、えび、◎油揚げ、かつお節、◎牛乳 | くだもの、キャベツ、こまつな、にんじん、えのきたけ、◎しめじ、◎にんじん、◎ごぼう、たまねぎ、あおのり | ◎牛乳、◎お茶、◎かやく御飯 |
| 13水 | ごはん、オニオンスープ、ちくわ二色揚げ、ひじきの煮物、くだもの | ◎コーンフレーク、◎油、油、小麦粉、ごま油、ごま、砂糖、米 | ◎ヨーグルト(ドリンク)、ちくわ、木綿豆腐、油揚げ、◎牛乳 | くだもの、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、ひじき、カットわかめ、あおのり | 29金 | 運動会(雨天の場合は愛情の日) | ◎パイシート | ◎つぶしあん(砂糖添加)、◎牛乳 | | ◎牛乳、◎牛乳、◎あんこパイ |
| 14木 | ふるさと給食 ごはん、すまし汁、鶏肉のオニオンソース&ブロッコリー、春雨の酢の物、くだもの | ◎小麦粉、◎さつまいも、はるさめ、◎砂糖、砂糖、油、片栗粉、ごま油、米 | ◎牛乳、鶏もも肉、◎バター、ハム、油揚げ、◎牛乳 | なし、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、りんご、ブロッコリー、ねぎ、しょうが、カットわかめ、にんにく | 30土 | 運動会予備日 ごはん、わかめのスープ、ビビンバ、くだもの | ごま、砂糖、ごま油、米 | ◎牛乳、豚ひき肉、◎牛乳 | くだもの、こまつな、もやし、にんじん、コーン(冷凍)、カットわかめ、しょうが、にんにく | ◎牛乳、◎牛乳、◎タルト |

9月1日は「防災の日」

みなさんは災害の備えはできていますか? 9月1日「防災の日」は、災害への認識を深め、備えを確認する日です。災害が起こってからでは遅いため、もしもというときののために事前に準備しておく必要があります。下記の「★準備するとよいもの★」を参考にお家にある非常食や備蓄品などを確認してみましょう!

- ★準備するとよいもの★
- ☐ 飲料水(1人1日3L×3日分)
 - ☐ 3日分の非常食(缶詰や保存がきくもの)
 - ☐ 医薬品
 - ☐ 懐中電灯・予備の電池
 - ☐ カセットコンロ・ガスボンベ
 - ☐ 貴重品(現金・身分証明書・通帳・印鑑・保険証など)
 - ☐ 携帯ラジオ など



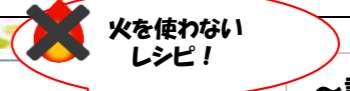
切干大根のかつお和え

材料 (2人分)

- 切干大根 30g
- かつおフレーク缶 小1缶 (味がついているもの)

～作り方～

- ① ポリ袋に切干大根と水を入れて戻し、水を捨てる。
- ② ①の中にかつおフレーク缶を入れて、混ぜ合わせたら完成。



ポテトチップスとツナのサラダ

材料 (2人分)

- ポテトチップス 1袋
- ツナ缶 小1缶
- コーン 小1缶
- マヨネーズ 適量
- こしょう 適量

～作り方～

- ① ポリ袋の中にポテトチップスとツナ缶、コーンを入れて、マヨネーズとこしょうを入れる。
- ② ポテトチップスを崩しながら混ぜたら完成。



～認定こども園・保育所 せらのふるさと給食～

今月のせら食材



そうめんうり・梨

- ・そうめんうりのマヨサラダ
- ・梨ゼリー