

# 令和6年9月 あおぞら保育園 献立表

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
ごはん 松風焼き 小松菜のおかか和え オレンジ じゃが芋のみそ汁 牛乳 あべかわマカロニ	チキンカレー ブロッコリーのサラダ キウイ 春雨スープ 牛乳 シュガートースト	ごはん 肉じゃが ほうれん草の錦糸和え 納豆 かきたま汁 牛乳 バナナ	ごはん 鶏肉の照り焼き 切り干し大根の煮物 パイン缶 麩のみそ汁 牛乳 手作りゼリー	わかめごはん サーモンフライ マカロニサラダ バナナ なすのみそ汁 牛乳 ビスコ
9	10	11	12	13
ごはん 麻婆豆腐 青菜ののり胡麻和え キウイ ワカメスープ 牛乳 フライドポテト	ごはん チリコンカン コールスローサラダ パイン缶 コンソメスープ 牛乳 みかんヨーグルト	菜飯 ツナ入り玉子焼き スパサラ オレンジ 麩とわかめのみそ汁 牛乳 ジャムサンド	ごはん 鶏肉の唐揚げ チーズ入りポテトサラダ バナナ チンゲン菜のみそ汁 牛乳 クレープ	ごはん さばの塩焼き 枝豆入りひじき煮 ゼリー 豆腐のみそ汁 牛乳 バームクーヘン
16	17	18	19	20
敬老の日	ごはん 鮭のゴマ照り焼き さつま芋と大豆煮 梨 けんちん汁 牛乳 十五夜デザート	ごはん 野菜いろいろ肉団子 ハムサラダ バナナ かきたま汁 牛乳 麩ラスク	ツナカレー たまごサラダ オレンジ もずくスープ 牛乳 スティックパン	お弁当デー
23	24	25	26	27
振替休日	なす入りミートソースパゲッティ ブロッコリーとチーズのサラダ パイン缶 ベーコンスープ 牛乳 ブルーベリージャムサンド	ごはん モロの竜田揚げ 春雨サラダ カップヨーグルト じゃが芋のみそ汁 牛乳 バナナ	ドライカレー ツナサラダ オレンジ ウインナースープ 牛乳 手作りゼリー	ふりかけごはん 洋風玉子焼き ポテトサラダ キウイ ほうれん草のみそ汁 牛乳 アスパラガスビスケット
30				

保育園における給与栄養目標量(3歳以上) エネルギー575kcal たんぱく質23.5g カルシウム260mg

今月の平均給与栄養量(3歳以上) エネルギー567kcal たんぱく質23.2g カルシウム259mg

※3歳未満児には毎日、40kcal程度の朝のおやつ提供。

※毎日昼食時麦茶提供。