





# 9がつ

## こんだてよていひょう

令和元年 8月 30日  
社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

12日(木)は、完全給食の日。  
(3~5歳児さんは、ご飯がいきりません。)

\*みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。\*

日	曜日	め に ゆ ー			き ゅ う し ょ く の ざ い り ょ う			おうちでとりたいたべもの
		0~2歳児朝のおやつ	お昼の給食	みんなのおやつ	強いちからが出るたべもの(きいろ)	丈夫な体を作るたべもの(あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの(みどりいろ)	
2	月	うえはーす おれんじ	まーぼーなす いたりあんサラダ ばなな	かぼちゃの みずようかん	油 ごま油 砂糖 片栗粉 まかに まよねーず	ぶたミンチ ちーず	なす たまねぎ にんにく しょうが こねぎ きゅうり とまと ばなな	海藻類・葉もの
3	火	おかし ばななじゅーす	さけのちゃんちゃんやき もずくじる ずっきーにのしおこんぶいため なし	あめじやが	あぶら さとう ごまあぶら	さけ しろみそ べーこん 塩こんぶ もずく 木綿豆腐	きやべつ もやし にんじん たまねぎ えのきたけ ずっきーに こねぎ なし	乳製品・かんきつ類
4	水	2色くらっかー はちみつりんご	ればーいりかれー つなとゆでたまごのサラダ おれんじ	ちえるしーとーすど	かたくりこ あぶら まよねーず	とりればー とりにく つな なまくりーむ たまご	しょうが たまねぎ かぼちゃ なす にんじん びーまん にんにく ぶろっこりー おれんじ	大豆製品・淡色野菜
5	木	なし・ぶどう	とうふのちゅうかいため きやべつのびーなつつあえ ぱいん	わかめとじゃこの かりんどう	ごまあぶら かたくりこ さとう びーなつつ	もめんどうふ むきえび	たまねぎ にんじん ほししいたけ ちんげんさい たけのこ きやべつ もやし ぱいんぷる	肉類・いも類
6	金	ぼうむくーへん おれんじ	ちきんすきむなげつと きゅうりづけ さいきょうかぼな一た ぶどう	おれんじばんち	こむぎこ あぶら おりーぶおいる	とりミンチ すきむみるく べーこん しろみそ	たまねぎ にんじん なす ずっきーに にんにく ほーるとまと きゅうり れもん ぶどう	たまご・ナッツ類
7	土	ぎゅうにゆう	ごもくやきそば はむサラダ ばなな	おかし	やきそばめん あぶら まよねーず	ぶたにく はむ あおのり	にんじん たまねぎ びーまん きやべつ たけのこ もやし きゅうり ばなな	魚介類・緑黄色野菜
9	月	すなっくばん ぶどうじゅーす	おからおむれつ えだまめぼたーじゅ おくらとのりのサラダ おれんじ	すびーどばい	あぶら じゃがいも ばたー	たまご おから のり ぎゅうにゆう なまくりーむ	たまねぎ 人参 びーまん ほーるとまと にんにく きやべつ おくら きゅうり えだまめ おれんじ	肉類・ナッツ類
10	火	ぜりー	ぶたにくのうめしょうがやき ばなな ゆできやべつ とまとかんてんサラダ	はなまめ すいーとぼてと	かたくりこ あぶら さとう じゃがいも まよねーず	ぶたにく かんてん はむ	たまねぎ しょうが うめぼし きやべつ にんじん とまとじゅーす れもん きゅうり ばなな	大豆製品・葉もの
11	水	なし・おかし	おれんじちきん くずきりそてー ぶどう	2しよくあげばん	こむぎこ ばたー さとう くずきり あぶら	とりにく きゅうにく	玉ねぎ おれんじじゅーす ばせり ちんげんさい 生姜 人参 しいたけ 赤びーまん こーん ぶどう	乳製品・いも類
12	木	ぶちぜりー ばなな	<b>びびんめん</b> ぶたととうがんのほちみつ煮 なし	がーりつくおにぎり	<b>そうめん</b> ごまあぶら 油 さとう 片栗粉	とりミンチ ぶたにく	しょうが にんにく こねぎ もやし にんじん とうがん さやいんげん なし	海藻類・緑黄色野菜
13	金	びーなつつさんど やくると	さばのごまなんばんづけ みそしる らしよくあえ ごーるどきうい	さつまいもの もちもちぼーる	さとう こむぎこ あぶら しるねりごま	さば かつおぶし みそ あぶらあげ わかめ	こまつな もやし にんじん しめじ こーん きやべつ ごーるどきうい	肉類・やさい
14	土	ぎゅうにゆう	えびとまとくりーむらいす もやしのごまあぶらサラダ おれんじ	おかし	おりーぶおいる ごまあぶら さとう	むきえび なまくりーむ	たまねぎ にんじん にんにく ほーるとまと もやし きゅうり おれんじ	大豆製品・葉もの
17	火	おかし・みる	なまあげとぎゅうにくのあんかけ こんこんあえ ぶどう	ういんなーぱい	さとう あぶら かたくりこ	なまあげ きゅうにく あぶらあげ	しょうが にんじん たまねぎ えのきたけ さやいんげん きやべつ きゅうり ぶどう	たまご・いも類
18	水	おれんじ・ぶどう	しろみさかなのさらだやき ばなな きりほしのみるく煮 ねばねばすーぶ	いもつこばん	まよねーず あぶら さとう ごまあぶら	しろみさかな べーこん ぎゅうにゆう もめんどうふ	きゅうり とまと かぼちゃ 切り干し大根 人参 なめこ おくら こねぎ 生姜 にんにく ばなな	海藻類・ナッツ類
19	木	2色くらっかー かるびすみるく	ほいこうろう びーまんのつなあえ おれんじ	はちみつれもんかん	ごまあぶら あぶら さとう しるねりごま	ぶたにく あかみそ つな	しょうが にんにく きやべつ たまねぎ たけのこ ほししいたけ びーまん にんじん おれんじ	乳製品・葉もの
20	金	 <b>おたのしみランチ</b>		 <b>♪お誕生会の日の☆ちょっとかわいい☆ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいきります♪</b> 				
21	土	ぎゅうにゆう	めんたいやきうどん おほしさまサラダ ぶどう	おかし	ゆでうどん ごまあぶら ばたー まよねーず	ぶたにく めんたいこ かつおぶし	にんじん たまねぎ きやべつ おくら こーん ぶどう	大豆製品・やさい
24	火	ぼうむくーへん なし	はにーますたーどちきん ぼとふ とうみょうのなむる おれんじ	きなこおはぎ	こーんふれーく 白ごま 砂糖 おりーぶおいる ごまあぶら	とりにく わかめ	とうみょう もやし だいこん えりんぎ にんじん ぶろっこりー たまねぎ おれんじ	魚介類・淡色やさい
25	水	おかし	こうやどうふとこまつなのたまごとじ きゅうりのちゅうかあえ ばなな	おふのからめる らすく りんご	さとう あぶら しるすりごま ごまあぶら	こうやどうふ たまご ちくわ しらすほし みそ	こまつな にんじん たまねぎ しめじ きゅうり とまと にんにく ばなな	肉類・かんきつ類
26	木	ぶちぜりー ばなな	あじふらいのべじたぶるそーす ひじきとやさいのごもく煮 ぶどう	なしのかっつけーき	こむぎこ ぱんこ あぶら まよねーず さつま芋 砂糖	あじ たまご よーぐると めひじき	にんじん たまねぎ きゅうり れんこん さやいんげん ぶどう	大豆製品・やさい
27	金	ほいるういんなー	ちーずみーとなす ごまみそすーぶ ささみのあおのりサラダ なし	ぼりぼりれんこん おれんじ	あぶら まよねーず さとう しるすりごま	牛・豚ミンチ 生あげ みそ ちーず ささみ 青のり 豆乳	たまねぎ なす とまと きやべつ こまつな まいたけ にんじん にんにく なし	海藻類・いも類
28	土	ぎゅうにゆう	つなとたまねぎのくりーむばすた あまぎきやべつ おれんじ	おかし	すばげつてい ばたー こむぎこ さとう	つな きゅうにゆう かにかま	たまねぎ にんじん ばせり きやべつ もやし おれんじ	たまご・やさい
30	月	ぶちあんぱん はちみつりんご	つるるんやさいちやいな さつまいものしらあえ ばなな	くろごまぷりん	はるさめ あぶら さとう さつまいも	ぶたにく たまご もめんどうふ	しょうが にんじん もやし たけのこ いら ほししいたけ さやえんどう ばなな	魚介類・ナッツ類