



9がつ

# こんだてよていひょう

令和2年8月31日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園



17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	めにゅー			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)	
1	火	ぷちあんぱん ばなならっしー	さばとなすのなべしぎ きゃべつのすきむゆかりあえ おれんじ	はちみつれもんかん	かたくりこ あぶら さとう	さば みそ すきむみるく	なす ぴーまん 赤びーまん 黄びーまん きゃべつ にんじん もやし ゆかり おれんじ	海藻類・葉もの
2	水	ふるいちえ	しそちーずばーぐ くしがたとまと おくらとながいものそてー ぶどう	ぼりぼりれんこん ばなな	あぶら しろごま ばんこ さとう かたくりこ ながいも	おから とりミンチ たまご とうにゅう ちーず べーこん	たまねぎ しそ にんじん おくら とまと ぶどう	魚介類・やさい
3	木	うえはーす おれんじ	じゃこやさいのかきあげ いり煮こんにやく みそしる なし	おたのしみ♥おやつ	さつまいも てんぱらこ 油 いたこんにやく ごま油 砂糖	しらすぼし あぶらあげ みそ わかめ	たまねぎ にんじん なましいたけ さやいんげん しめじ きゃべつ なし	肉類・ごま類
4	金	かすてら・ぶどう	おれんじちきん とうがんとすーぶ とまとかんでんサラダ きういふる一つ	ぎゅうそぼろむすび	こむぎこ ばたー さとう じゃがいも まよねーず かたくりこ	とりにく かんてん はむ ぶたにく たまご	たまねぎ おれんじじゅーす ばせり しょうが とまとじゅーす れもん きゅうり とうが ほししいたけ ちんげんさい きういふる一つ	乳製品・かんきつ類
5	土	おかし ぎゅうにゅう	つなまーぼーどん あーもんどあえ おれんじ	おかし	ごまあぶら さとう あーもんどぼーどる	もめんどうふ つな みそ	ほししいたけ にんじん ねぎ にんにく しょうが きゅうり もやし おれんじ	たまご・葉もの
7	月	ぷちゼリー・なし	ぎゅうにくとじゃがいものいためもの あげときゅうりのすのもの ばなな	かぼちゃたと	じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにく しらすぼし わかめ あぶらあげ	さやいんげん 赤びーまん 黄びーまん きゅうり にんじん ばなな	乳製品・淡色やさい
8	火	ぼいるういんなー	しろみさかなのばーべきゅーそーすかけ とうふでかるぼなーら すーぶ ぶどう	あげぱん	かたくりこ あぶら ぺんね	白身魚 べーこん にくだんご 絹ごし豆腐 粉ちーず もずく	しょうが にんにく こねぎ りんごじゅーす たまねぎ ばせり にんじん ちんげんさい ぶどう	海藻類・いも類
9	水	ここあさんど ぶどうじゅーす	ぶたにくのちゅうかふうてんぱら おくらつなあえ やさいわん おれんじ	どらいかれーぱい	ごまあぶら こむぎこ あぶら 片栗粉 まよねーず じゃが芋	ぶたにく たまご つな かつおぶし あぶらあげ	しょうが にんにく れんこん おくら にんじん だ いこん ごぼう こまつな おれんじ	魚介類・淡色やさい
10	木	ぼうむくーへん おれんじ	なまあげのとまと煮 はるさめのごましおこんがサラダ なし	おたのしみ♥おやつ	こむぎこ あぶら はるさめ しらすりごま さとう	なまあげ とりにく はむ しおこんが	たまねぎ にんじん にんにく ほーるとまと さやいんげん きゅうり なし	乳製品・いも類
11	金	2色くらっかー はちみつりんご	ひじきいりちぐさやき とうみょうあえ いもとさつまあげのもの ぶどう	よーぐると かすてらけーき	あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら	めひじき とり・ぶたミンチ 卵 豆腐 さつまあげ かつおぶし	たまねぎ にんじん ぴーまん こねぎ とうみょう ぶどう	魚介類・やさい
12	土	おかし ぎゅうにゅう	しおやきそば おれんじ きゅうりとちくわのあえもの	おかし	やきそばめん ごまあぶら さとう	ぶたにく ちくわ わかめ	にんじん たまねぎ きゃべつ たけのこ にんにく れもんじる きゅうり おれんじ	大豆製品・いも類
14	月	おかし かるびすみるく	ほいこうろう ごまあえ ばなな	なしのかつぱけーき	あぶら さとう しろごま	ぶたにく あかみそ	しょうが にんにく きゃべつ たけのこ ぎーさい ほししいたけ もやし にんじん きゅうり ばなな	乳製品・葉もの
15	火	すなっくぱん みる	えだまめいりえびかつおーらたるたる じゃーまんぱんがきん すーぶ おれんじ	ふる一つぼんち	片栗粉 小麦粉 パン粉 砂糖 油 まよ おりーぶ油 ばたー	えび はんぺん 卵 粉ちーず べーこん とり肉 牛乳	えだまめ かぼちゃ たまねぎ みことまと しめじ おれんじ	海藻類・淡色やさい
16	水	おれんじ・ばなな	じゃがいものそぼろにもどき なっとうのちゅうかあえ ぶどう	とうにゅう こくとうがりん	じゃがいも さとう あぶら いとこんにやく ごまあぶら	こうやどうふ なっとう	にんじん たまねぎ ぐりんぴーす きゅうり とまと ぶどう	肉類・やさい
17	木	ゼリー	<b>ぐだくさんごまだれうどん</b> なすとまとのちーずやき ばなな	きなこおはぎ	<b>うどん</b> しろねりごま 油 さとう しろごま	とりにく さき わかめ たまご つな ちーず	きゅうり なす とまと たまねぎ ばなな	大豆製品・やさい
18	金		<b>おたのしみランチ</b>		♪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			
19	土	おかし ぎゅうにゅう	はやしらいす つなのりなむる おれんじ	おかし	あぶら ごまあぶら	ぎゅうにく つな のり	たまねぎ にんじん まっしゅーむ ぐりんぴーす こまつな もやし おれんじ	たまご・ごま類
23	水	うえはーす・なし	とうふちゃんがるー かいそうサラダ ぶどう	さつまいもの やきちゅろす	あぶら さとう	もめんどうふ ぶたにく かつお節 わかめ しらすぼし	もやし いら なましいたけ にんじん きゃべつ きゅうり とまと こーん ぶどう	乳製品・葉もの
24	木	ぼうむくーへん ぶどう	あじのようふうしょうがやき おれんじ びーんずたまごサラダ とうにゅうすーぶ	なんちゃってたこやき ばなな	小麦粉 おりーぶ油 油 砂糖 まよねーず ごま油 片栗粉	あじ みつくすびーんず たまご とうにゅう	にんじん きゅうり きゃべつ ねぎ こーん しょうが えのきたけ おれんじ	肉類・ごま類
25	金	2色くらっかー りんごじゅーす	しおこんがうまみからあげ きりぼしのうめ煮 ぶたじる なし	おぐらとーすと	ごま油 片栗粉 板こんにやく あぶら さとう じゃがいも	とりにく しおこんが つな ぶたにく もめんどうふ みそ	にんじん しそ にんにく しょうが なましいたけ きりぼしだいこん うめぼし だいこん こねぎ 梨	海藻類・緑黄色野菜
26	土	おかし ぎゅうにゅう	とまとのにくみそすばげってい あまぎゃべつ りんご	おかし	すばげってい おりーぶおいる さとう	ぶたミンチ あかみそ かにかま	たまねぎ しょうが にんにく ほーるとまと きゃべつ もやし りんご	たまご・いも類
28	月	おかし みるくここあ	いろどりやさいかれー かまぼこサラダ ぶどう	ましゅまるさんど おれんじ	あぶら まよねーず	べーこん なまくりーむ かまぼこ	南瓜 人参 玉ねぎ なす ほーるとまと こーん えだまめ にんにく きゅうり きゃべつ ぶどう	魚介類・葉もの
29	火	ぷちゼリー ばなな	さけのごまんぱんづけ わかめじる やさいのふくめ煮 なし	ほわいとちよこ くりーむぱん	さとう こむぎこ あぶら しろねりごま さつまいも	さけ わかめ	にんじん さやいんげん たけのこ こーん たまねぎ なし	肉類・緑黄色やさい
30	水	ぼいるういんなー	たまごとまとのいためもの いりじゃことうふサラダ おれんじ	がんばってね♥ くつきー	あぶら しろごま さとう ごまあぶら	たまご きゅうにく もめんどうふ しらすぼし	とまと たまねぎ こまつな こーん おれんじ	海藻類・やさい