



9がつ

こんだてよていひょう



令和5年8月31日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

26日(火)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	金	2色くらっかー ぶどうじゅーず	しろみさかなのちゅうかむし おくらとなすのみそいため おれんじ	わふうみるくぷりん	ごまあぶら あぶら さとう	しろみさかな みそ	しょうが ねぎ ちんげんさい たまねぎ なす おくら にんじん おれんじ	たまご・いも類
2	土	おかし ぎゅうにゅう	わふうやきうどん はむサラダ なし	おかし	ゆでうどん あぶら ばたー まよねーず	ぶたにく はむ	にんじん たまねぎ びーまん きゃべつ もやし きゅうり なし	乳製品・葉もの
4	月	ぶちあんぱん みるくここあ	こうやどうふのあまずあえ こまつなともやしのにびたし ばなな	きゃらめるふうちゃん ぶどう	かたくりこ あぶら さとう	こうやどうふ あぶらあげ	とまと おくら かぼちゃ こまつな もやし しめじ ばなな	魚介類・淡色やさしい
5	火	ぼいるういんなー	ちぐさやき はちみつきゅうり なし とうみょうとしおこんぶのしらあえ	かるぴすよーぐると	さとう まよねーず しろごま しろすりごま	鶏ミンチ すきむみるく つな 卵 ひじき 木綿豆腐 塩昆布	にんじん ほししいたけ たけのこ こねぎ とうみょう きゅうり れもんじる なし	海藻類・いも類
6	水	うえはーす おれんじ	あげさばのうめあんかけ そうめんじる わふうじゃーまんぼと ぶどう	きゃらっと ふれんちとーすと	かたくりこ あぶら さとう じゃがいも そうめん	さば かつおぶし	しょうが うめぼし こーん たまねぎ おくら にんじん ほししいたけ ぶどう	大豆製品・ナッツ類
7	木	ぜりー	おくらのどらいかれー きゃべつのまりね おれんじ	おたのしみ♥おやつ	あぶら おりーぶおいる ごまあぶら	ぎゅうミンチ つな	にんじん 玉ねぎ とまと こーん おくら なす しょうが にんにく れーずん きゃべつ びーまん れもんじる おれんじ	乳製品・葉もの
8	金	ばなな・ぶちがりん	ぶたはんぺんとんかつ やさいすーぶ おしむぎサラダ なし	さくさく あげあつがるばい	片栗粉 まよねーず おしむぎ ばんこ 油 おりーぶおいる	ぶたにく はんぺん ちーず はむ	しそ たまねぎ きゅうり とまと きゃべつ にんじん さやいんげん なし	たまご・淡色やさしい
9	土	おかし ぎゅうにゅう	じゃーまんぼとすばげってい ゆばサラダ りんご	おかし	すばげってい じゃがいも ばたー さとう	ペーこん ゆば つな	たまねぎ にんじん きゃべつ きゅうり りんご	肉類・やさしい
11	月	ぼうむくーへん なし	にぎりあげ くしがたとまと ばなな ずっきーにとじゃがいものあえもの	ふるーつの くりーむのせ	さとう あぶら じゃがいも おりーぶおいる	ぶたミンチ	えのきたけ にんじん びーまん しょうが とまと ずっきーに ばなな	魚介類・淡色やさしい
12	火	おれんじ・やきいも	なまあげのゆーりんちーふう みそじる はるさめとたまごのいためもの ぶどう	しょこらさんらいず	かたくりこ あぶら さとう しろごま はるさめ ごま油	なまあげ たまご あぶらあげ わかめ みそ	ねぎ こねぎ いら もやし にんじん きゃべつ ぶどう	乳製品・緑黄色野菜
13	水	ぶちぜりー・ばなな	じゃが煮 (とつとりけん) らっきょうサラダ なし	いもぼた	あぶら さとう	とりにく もめんどろふ めひじき かにかま	ごぼう にんじん なましいたけ だいこん ねぎ きゃべつ きゅうり こーん らっきょう なし	たまご・葉もの
14	木	ぴーなっつさんど 乳酸菌飲料	さけのめーがるますたーどそてー とうがんのくりーむ煮 すーが きうい	ふらいどばんぷきん	こむぎこ ばたー かたくりこ あぶら まかろに	さけ ペーこん なまくりーむ ぎゅうにゅう とりにく	とうがん しめじ たまねぎ にんにく れたす にんじん ばせり ごーるどきうい	大豆製品・いも類
15	金	おかし かるびすみるく	なつやさいのすたみないため おれんじ おくらのつがますたーどサラダ	なしのかつぱけーき	じゃがいも あぶら さとう まよねーず しろごま	ぎゅうにく あかみそ ちーず はむ	たまねぎ きゃべつ なましいたけ びーまん 人参 赤びーまん にんにく しょうが おくら おれんじ	乳製品・ナッツ類
16	土	おかし ぎゅうにゅう	なぼりたんやきそば ばなな きゅうりとちくわのちゅうかあえ	おかし	やきそばめん あぶら さとう まよねーず ごまあぶら	はむ ちくわ	にんじん たまねぎ びーまん きゅうり ばなな	たまご・やさしい
19	火	2色くらっかー のむよーぐると	むしどりのぜりーのせ きりぼしやきそば ぶどう	とうにゅう ここあがりん	しろすりごま さとう	とりにく すきむみるく 寒天 ペーこん さつまあげ	しょうが きゅうり もやし にんじん こねぎ きりぼしだいこん きゃべつ さやいんげん ぶどう	大豆製品・葉もの
20	水	うえはーす・りんご	しろみさかなのからふるあげ じゃこサラダ いらすーぶ おれんじ	さわやかれもんらすく	こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	しろみさかな こなちーず たまご しらすぼし ぶたにく	にんじん たまねぎ びーまん きゃべつ みずな きゅうり いら しょうが おれんじ	海藻類・いも類
21	木		おたのしみランチ		♪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			
22	金	みるきーとーすと はちみつりんご	たまごとまとのいためもの ばなな おくらとにんじんのなっとうあえ	ごぼうのかりんとう	あぶら	ぎゅうにく たまご なっとう	とまと たまねぎ おくら にんじん ばなな	魚介類・やさしい
25	月	やきいも・なし	さくらえびのかきあげ (しずおかけん) ぴーなっつなます おざく おれんじ	さくらおにぎり	小麦粉 油 砂糖 ぴーなっつ いたこんやく じゃがいも	さくらえび しらすぼし たまご あぶらあげ	たまねぎ にんじん ごぼう だいこん きゅうり ほししいたけ おれんじ	乳製品・緑黄色野菜
26	火	おかし 乳酸菌飲料	ひやしたんたんかれーうどん なすととまとのちーずやき なし	とろとろぜりー	ゆでうどん さとう しろすりごま	ぶたミンチ とうにゅう みそ うずらたまご ちーず つな	にんにく しょうが きゅうり もやし なす とまと たまねぎ なし	海藻類・葉もの
27	水	ぼいるういんなー	ささみふらいさるさそーす にんじんのごまサラダ ぶどう	ぱんぷでいんぐふう	小麦粉 パン粉 油 しろごま おりーぶ油 まよねーず 砂糖	とりささみ たまご ちくわ	とまと たまねぎ びーまん にんじん きゅうり ぶどう	大豆製品・やさしい
28	木	ぼうむくーへん おれんじ	こーやちゃんがる つなのりなむる ばなな	みずまんじゅうふう	あぶら ごまあぶら	こうやどうふ ぶたにく のり さつまあげ かつおぶし つな	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな もやし ばなな	乳製品・いも類
29	金	ふるーちえ	あじのようふうしょうがやき ごもくひじき みそかきたまじる なし	さつまいもの ごまあげだんご	こむぎこ おりーぶおいる さとう あぶら かたくりこ	あじ めひじき あぶらあげ だいず たまご みそ	しょうが にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん しめじ ねぎ なし	肉類・緑黄色やさしい
30	土	おかし ぎゅうにゅう	がるこぎどん あまずきゃべつ おれんじ	おかし	さとう あぶら しろすりごま はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにく みそ かにかま	にんじん たまねぎ いら きゃべつ もやし おれんじ	たまご・やさしい