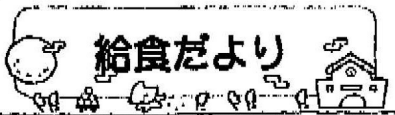




献立表

上野保育所

日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前	午後
1月	酢ビツ もやしナムル ゆめめ卵スープ	ひ肉 卵 人参 ビタミン ねぎ ねぎ ねぎ いも ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ビスケット
2火	豆腐ハンバーグ ポテトサラダ コンスープ	豚ミンチ ハム 卵 人参 パセリ ねぎ ねぎ ねぎ コーン	牛乳 さつまいも	牛乳 せんべい
3水	白身魚のピカタ ササ身の物もち 玉ねぎの味噌汁	魚 ササミ 粉チーズ 卵 人参 ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 卵ボーロ	牛乳 ウェハース
4木	ハヤシチュー コルスローサラダ ゆめ卵	牛肉 卵 人参 コーン ねぎ ねぎ さつまいも じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ②ポテト
5金	豚の南蛮漬 マカロニサラダ 和風スープ	かまぼこ 豚ロース ハム 人参 ビタミン ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 小魚せんべい	牛乳 クッキー
6土	冷し中華 スミナ納豆	ハム ひき肉 卵 人参 トマト ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 人参クッキー	牛乳 せりー
8月	豚角煮 すのめ もずくスープ	しらす かしら 卵 人参 いも ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ビスコ
9火	ビーフン あかめスープ 煮豆	豚肉 金肉豆 人参 さつまいも ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 ③バナナ	牛乳 ④黄豆
10水	塩サバ 人参の春雨炒め 豆腐の味噌汁	鯖 あいりぎ 人参 ねぎ ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 豆腐ビスケット	牛乳 クラッカー
11木	♥誕生会♥ かりあげ ますグラタン 枝豆	ひ肉 ます ミネ ケーズ 枝豆 ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 せんべい
12金	ひし天 ツナとわかめの酢の物 芋のシ汁	ツナ ひき肉 人参 ニンニク ねぎ ねぎ コーン ねぎ	牛乳 かりあげ	牛乳 ウェハース
13土	八宝菜 しゅうまい	かまぼこ 豚肉 しょうが 卵 人参 いも ねぎ ねぎ	牛乳 せりー	牛乳 ビスケット
16火	カレー汁 ツナとわかめのサラダ ゆめ卵	ツナ 牛肉 卵 人参 ねぎ ねぎ コーン ねぎ	牛乳 さつまいも	牛乳 ⑦じゃがいも
17水	すり身の五色あげ じゃがいもえ 春雨スープ	すり身 しらす 卵 人参 ビタミン ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 小魚せんべい	牛乳 せりー
18木	ナポリタン ショーパンポテト ホンスープ	ハンバーグ パン 人参 ビタミン パセリ ねぎ ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 クラッカー
19金	大豆の味噌煮 ねぎあげ じゃがいも きのこ汁	ソーセージ 人参 いも ねぎ ビタミン コーン ねぎ ねぎ	牛乳 人参クッキー	牛乳 クッキー
20土	焼そば 卵スープ	かまぼこ 豚肉 卵 人参 パセリ ビタミン ねぎ ねぎ	牛乳 卵ボーロ	牛乳 せんべい
22月	ひじき汁 ケンコー 南瓜の天ぷら	ひき肉 豚肉 卵 人参 ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ⑧人参
24水	魚のカレーあげ スヤサ ぶの清汁	魚 ハム 人参 切り干し ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 かりあげ	牛乳 ビスケット
25木	レバーの甘辛煮 春雨サラダ かにかき	かにかき レバー ハム 人参 生薬 コーン ねぎ ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ⑨おはき
26金	うなぎ ねぎの香味あえ ますの味噌汁	かにかき ねぎ ねぎ ねぎ ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 豆腐ビスケット	牛乳 せりー
27土	豚汁 ちくわの磯辺あげ	かにかき 豚肉 人参 ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 せりー	牛乳 クラッカー
29月	豚肉入りきんぴら 小松菜納豆 オクラ	豚肉 ねぎ ねぎ ねぎ ねぎ ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 せんべい
30火	南瓜のそぼろ煮 のりのかき卵汁	ひき肉 ハム 卵 人参 南瓜 いも ねぎ ねぎ	牛乳 小魚せんべい	牛乳 クッキー



給食だより

★9月1日は防災の日★

非常食には、水、米(アルファ米)、パン、缶詰、ビスケット、チョコレートなどがあげられます。

非常食として備えるのも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子など賞味期限ごとに買い換えをしてストックしておくといいいでしょう。

熱源が同封されていて、温めて食べられるものもあります。

炊き込みご飯や、パンの缶詰の種類も豊富で味も良くなっています。

災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいので、食べ慣れたお菓子が心を癒やし、命を救ってくれます。

