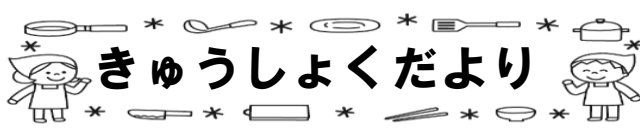


2025年



ふたばがおかようちえん



<調理担当>

後藤 南

山崎 吉田

<献立担当> 橋本

いただきます



日付	行事	アッ	献立	エネルギー (kcal)	材料名		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 火	2学期始業式	★	そばろ丼	142.9	砂糖	豚ひき肉、鶏ひき肉、錦糸卵	いんげん
02 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
03 木			ぶた汁、メンチカツ、ブロッコリーとかにかまのあえ	150.4	しらたき、油、砂糖	メンチカツ、豚肉、味噌、かにかまぼこ、油揚げ	ブロッコリー、白菜、大根、人参、ごぼう、ねぎ
04 金		★	チキンカレー、人参サラダ	209.4	じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	鶏もも肉、はごろもツナ	人参、玉葱、青ピーマン、コーン、いんげん
07 月			小松菜のみそ汁、白身魚のフライ、うま塩ひじき	171.9	油、砂糖	白身魚フライ、鶏むね肉、味噌、油揚げ	小松菜、人参、えのきたけ、いんげん、しいたけ、ひじき、ねぎ
08 火		★	クリームシチュー、小魚の甘煮	175.8	じゃがいも、砂糖、油	鶏もも肉、牛乳、いわし、ごま、かつお節	玉葱、人参、ブロッコリー、キャベツ、コーン
09 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
10 木			豆腐とわかめのみそ汁、さばの塩焼き、キャベツのおかかあえ	112.3	砂糖	木綿豆腐、さば、味噌、かつお節	キャベツ、玉葱、人参、しめじ、ねぎ、わかめ
11 金		★	餃子スープ、フルコギ丼	165.1	砂糖、ごま油	豚肉、水餃子、牛肉、味噌、ごま	玉葱、もやし、人参、青ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、たけのこ、にら、ねぎ
14 月			玉ねぎのみそ汁、照り焼きミートボール、春雨サラダ	217.6	マヨネーズ、はるさめ、砂糖、片栗粉	チキンボール、ローズハム、味噌、油揚げ	胡瓜、玉葱、コーン、人参、いんげん、ねぎ、わかめ
15 火			中華スープ、シュウマイ、ささみときゅうりの中華和え	126.1	ごま油、砂糖	しゅうまい、蒸し鶏ほぐし、ごま	胡瓜、玉葱、人参、もやし、コーン、ねぎ、わかめ
16 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
17 木			ミネストローネ、ナゲット、ほうれん草とベーコンのソテー	234.6	じゃがいも、油	チキンナゲット、ベーコン	ほうれんそう、玉葱、キャベツ、コーン、人参、ホールトマト
18 金	お誕生日会	★	野菜スープ、チキン竜田、ブロッコリーとツナのマヨ和え、お祝いデザート	435.9	マヨネーズ、油、砂糖	チキン竜田、牛乳、ホイップクリーム、はごろもツナ、ベーコン	玉葱、みかん、ブロッコリー、キウイフルーツ、人参、キャベツ、コーン
24 木		★	ハヤシライス、フルーツポンチ	239.6	砂糖、油、片栗粉	牛肉	玉葱、人参、みかん、ハイン、もも、バナナ、ホールトマト、マッシュルーム、グリーンピース
25 金			団子汁、ちくわ磯辺揚げ、バナナ	209.3	やせうま、てんぷら粉、油	ちくわ、味噌、豚肉、油揚げ	バナナ、玉葱、かぼちゃ、人参、ねぎ、あおのり
28 月			コンソメスープ、トマト煮込みハンバーグ、スパゲティサラダ	260.1	マヨネーズ、じゃがいも、スパゲティ、砂糖、油	ミニハンバーグ、レバーソーセージ、ベーコン、はごろもツナ	玉葱、ホールトマト、人参、胡瓜、コーン、貝割れ菜
29 火			豆腐と卵の中華スープ、鮭の塩焼き、ほうれん草の胡麻和え	80.8	砂糖、片栗粉、ごま油	さけ、卵、木綿豆腐、ごま	ほうれんそう、人参、クリームコーン、ねぎ
30 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
10/1 木			オニオンスープ、かぼちゃコロッケ、ブロッコリーとコーンのソテー	174.9	かぼちゃコロッケ、油、マーガリン、砂糖		ブロッコリー、玉葱、コーン、人参

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

9月は うま塩給食と野菜たっぷり給食の日！

大分県が行っている「健康寿命日本一」という取り組みの中で、「減塩マイナス3g」という取り組みがあります。今月の給食で、醤油を減らして代わりにケチャップを使用して作る「うま塩ひじき」を献立に取り入れています。また、「野菜摂取1日350g取る」という取り組みも行っています。幼稚園・保育部でも、給食で1食あたりの野菜量を100g以上取れるように献立に取り入れています。大分県のサイトにも参考になる献立など掲載されていますので、是非ご覧ください。

