

天童厚生会

令和6年(2024年)9月

予定献立表(家庭用)

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	日				
2	月	アシドミルク	おにぎり,豚汁,パイン缶,みかん缶	牛乳,クラッカー	
3	火	お茶,ブルー	ご飯,豚の生姜焼き,胡瓜の昆布和え,じゃが芋の味噌汁	牛乳,桃のヨーグルトケーキ	
4	水	お茶,チーズ	ひじき入りチャーハン,ビーンズサラダ,中華スープ,梨	牛乳,みたらしじゃがもち	
5	木	お茶,かえりにぼし	ご飯,麻婆なす,卵のスープ,オレンジ	お茶,ババロア	
6	金	お茶,バナナ	ロールパン,鮭の味噌マヨネーズ焼き,こぶき芋,スティック人参,野菜のミルクスープ	お茶,スナックチャーハン	
7	土	お茶,クラッカー	バターライス,ツナサラダ,キャベツのスープ	牛乳,レーズン蒸しパン	
8	日				
9	月	お茶,チーズ	ご飯,厚焼き卵,切干大根の煮物,茄子の味噌汁,梨	牛乳,セサミトースト	
10	火	お茶,かえりにぼし	和風きのこスパゲティ,海藻サラダ,野菜スープ	お茶,五平餅	
11	水	お茶,プレーンヨーグルト	麦ご飯,納豆,里芋のそぼろ煮,わかめの味噌汁,りんご	牛乳,わらび餅	
12	木	お茶,ブルー	ハヤシライス,フレンチサラダ	牛乳,黒棒	
13	金	お茶,クラッカー	さんまの蒲焼 ^{リヤンパンソース} ,涼絆三絲,麩とほうれん草のすまし汁	アシドミルク,ベイクドポテト	
14	土	お茶,チーズ	ご飯,鶏肉のはちみつ焼き,キャベツとパインのサラダ,もやしの味噌汁	お茶,みるく餅	
15	日				
16	月				敬老の日
17	火	お茶,かえりにぼし	月見うどん,南瓜のチーズ焼き,梨	牛乳,オレンジトースト	
18	水	アシドミルク	十穀飯,鯖の味噌煮,小松菜のお浸し,竹輪のすまし汁,柿	牛乳,シュガーパイ	
19	木	お茶,オレンジ	ご飯,松風焼き,キャベツとツナの昆布和え,しめじのすまし汁,りんご	お茶,きぬかつぎ	
20	金	お茶,ブルー	ロールパン,ポークビーンズ,五目サラダ	お茶,おはぎ	
21	土	お茶,クラッカー	豚丼,じゃが芋の中華和え,白玉麩の味噌汁	牛乳,チーズ入りヨーグルトパン	
22	日				
23	月				振替休日(秋分の日)
24	火	お茶,かえりにぼし	ロールパン,若鶏のカレー焼き,コールスロー,トマト,パリ風スープ	牛乳,ふかし芋	
25	水	お茶,プレーンヨーグルト	五目焼きそば,中華きゅうり,コーンと卵のスープ,梨	牛乳,ジャムサンド	
26	木	お茶,バナナ	いなり散らし,南瓜のそぼろ煮,豆腐の味噌汁,りんご	お茶,パンナコッタ	
27	金	お茶,チーズ	ご飯,さんまの塩焼き,れんこんのきんぴら,庄内麩の味噌汁,柿	牛乳,お好み焼き	
28	土	お茶,ブルー	ご飯,肉じゃが,まいたけの味噌汁	牛乳,ポップコーン	
29	日				
30	月	アシドミルク	ご飯,若鶏の照り焼き,野菜の胡麻和え,トマト,生揚げの味噌汁	牛乳,米粉のチーズ蒸しパン	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カリウム	食物繊維		
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g		
3才未満児	1日平均	444	19.5	15.7	240	2.7	165	0.29	0.34	25	1.6	713	5.4		
	園目標	450	19.0	12.0	212	2.3	215	0.32	0.36	23	1.5	450	3.2		
3才以上児	1日平均	518	22.2	18.5	227	2.8	189	0.35	0.38	27	1.9	838	6.4		
	園目標	576	23.8	16.0	261	2.5	211	0.32	0.36	23	1.6	630	3.6		