



※△※○※△※○※

献立表

※○※△※○※△※



2020年 9月

ニセコ町幼児センターきらっと

日	曜日	行事	献立名	3時のおやつ
1	火		ごはん 焼き魚(あじ) 豆腐サラダ 味噌汁 果物	ホワイトパン
2	水		中華丼 ゆかり和え 味噌汁 果物	フルーツゼリー
3	木		ごはん 鶏のマヨネーズ焼き しらす和え 味噌汁 果物	コーンスープ
4	金		ちゃんこうどん じゃが芋の磯和え チーズ 果物	ピラフ
5	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
6	日		休園	
7	月		ごはん 焼き魚(ほっけ) 炒り豆腐 味噌汁 果物	肉まん
8	火		ごはん 豚肉とキャベツの味噌炒め はんぺんのチーズ焼き 中華スープ 果物	マカロニナポリタン
9	水		麦ごはん 旨煮 さつまいものかき揚げ 味噌汁 果物	豆パン
10	木	運動会総練習	カレーライス ツナと大豆のサラダ 福神漬け 果物	ミルクゼリー
11	金		焼きそば 野菜のマリネ 清まし汁 果物	わかめ・チーズごはん
12	土	運動会(4・5歳児)		
13	日		休園	
14	月	短期振休(4・5歳児)	ごはん 豚肉のしょうが焼き シュウマイ 味噌汁 果物	さつまいも
15	火		ごはん 煮魚(かれい) なめたけ和え 鶏ごぼう汁 果物	きな粉トースト
16	水	お誕生会	干しエビ・豆ごはん 揚げかぼちゃの甘辛 チーズサラダ 味噌汁 果物	ゼリー
17	木		ごはん 肉豆腐 五目ナムル 味噌汁 果物	フルーツヨーグルト
18	金	くま組登山	しょうゆラーメン なすの天ぷら チーズ 果物	鮭・青菜ごはん
19	土	協力保育	お弁当持参	バナナ
20	日		休園	
21	月	敬老の日	休園	
22	火	秋分の日	休園	
23	水		ごはん 豚肉と春雨の五目炒め イカリングフライ 味噌汁 果物	ビスケット・チーズ
24	木		ごはん 焼き魚(さんま) 貝たくさん金平 味噌汁 果物	栗蒸しパン
25	金	秋の遠足		粉ふき芋
26	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
27	日		休園	
28	月		ごはん ハムエッグ 鶏肉とキャベツのソテー 味噌汁 果物	たこやき
29	火		ごはん のりたま納豆 いかとブロッコリーの中華炒め 清まし汁 果物	プリン
30	水		いなぎびごはん タラのフライ コールスロー 味噌汁 果物	シュガートースト

☆ 牛乳・果物は、毎日あります。
☆ 土曜日は、お弁当持参です。

野菜と果物をたくさん食べよう!

今月の栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
(牛乳とおやつ含めています)	535kcal	21.2g	18g	240g

みなさんは、毎日たくさん野菜や果物を食べていますか？
野菜や果物にはビタミンやミネラルが豊富で、体の調子を
整えてくれます。1日3食、季節ごとにおいしい旬の野菜
や果物を、たっぷり取るようにしましょう。
きっと、体が喜ぶですよ！

《今月の果物》

スイカ・メロン・オレンジ・バナナなど
都合により変更する場合があります。



ニセコ町幼児センター給食食材産地調べ

7月

食材	生産地	食材	生産地	食材	生産地
じゃがいも	道内	ピーマン	道内・幼児センター	バナナ	フィリピン
人参	道内	白菜	道内	ゴールデンキウイ	ニュージーランド
玉葱	道内・九州	しいたけ	道内	オレンジ	アメリカ
キャベツ	道内	えのき	道内	グレープフルーツ	南アフリカ
大根	道内	しめじ	道内	スイカ	道内(共和)
長ネギ	道内	エリンギ	道内	メロン	道内(ニセコ)
ほうれん草	道内	小松菜	道内		
ささぎ	道内	カリフラワー	道内		
きゅうり	道内・幼児センター	ブロッコリー	道内		
トマト	道内	ミニトマト	道内・幼児センター		
パプリカ	韓国	大根菜	道内	牛乳	よつ葉
かぼちゃ	道内	なめこ	道内		
ニラ	道内	とうもろこし	道内(共和)	米	ニセコ産ななつぼし
リーフレタス	道内	生姜	四国		
ラディッシュ	道内・幼児センター	ズッキーニ	幼児センター		

8月

食材	生産地	食材	生産地	食材	生産地
じゃがいも	道内	ピーマン	道内・幼児センター	バナナ	フィリピン
人参	道内	白菜	道内	オレンジ	アメリカ
玉葱	道内	しいたけ	道内	スイカ	道内
キャベツ	道内	えのき	道内	メロン	道内
大根	道内	しめじ	道内	ゴールデンキウイ	ニュージーランド
長ネギ	道内	なめこ	道内	プリンスメロン	幼児センター
ほうれん草	道内	小松菜	道内		
きゅうり	幼児センター・道内	ミニトマト	道内・幼児センター		
さやいんげん	道内	ブロッコリー	道内		
カリフラワー	道内	パプリカ	韓国	牛乳	よつ葉
生姜	四国	万能ねぎ	道内		
リーフレタス	道内	ズッキーニ	幼児センター	米	ニセコ産ななつぼし
トマト	道内	なす	幼児センター・道内		
きぬさや	幼児センター・道内	かいわれ	道内		

※8月の食材産地は、8月27日現在のものです。