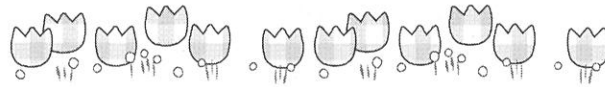




# 献立表



2021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	水		中華丼 ゆかり和え 味噌汁 果物	フルーツゼリー
2	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
3	金		しょうゆラーメン トマトのサラダ チーズ 果物	わかめごはん
4	土	協力保育	お弁当持参	バナナ
5	日		休園	
6	月		ごはん 焼き魚(ほっけ) 炒り豆腐 味噌汁 果物	肉まん
7	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
8	水		麦ごはん 旨煮 さつまいのかき揚げ 味噌汁 果物	焼きドーナツ
9	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	プリン
10	金	予備日	焼きそば 野菜のマリネ 清まし汁 果物	焼豚ごはん
11	土	運動会		
12	日		休園	
13	月	短時間児振替休日	ごはん 豚肉の生姜焼き しゅうまい 卵とニラの味噌汁 果物	さつまい
14	火		ごはん 煮魚(かれい) なめ茸和え 鶏ごぼう汁 果物	きな粉トースト
15	水	お誕生会	ピースごはん 揚げかぼちゃの甘辛 チーズサラダ 味噌汁 果物	ゼリー
16	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
17	金	5歳児親子バス遠足	ちゃんこうどん なすの天ぷら チーズ 果物	鮭・青菜ごはん
18	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
19	日		休園	
20	月	敬老の日	休園	
21	火		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・バナナ
22	水		いなきびごはん 焼き魚(さば) 貝たくさん金平 味噌汁 果物	栗蒸しパン
23	木	秋分の日	休園	
24	金		スパゲティナポリタン ツナサラダ スープ 果物	ゆかり・チーズごはん
25	土	協力保育	お弁当持参	バナナ
26	日		休園	
27	月		ごはん ハムエッグ キャベツのソテー 味噌汁 果物	たこやき
28	火	秋の遠足	うどん じゃが芋の磯和え チーズ 果物 (0・1歳児のみ)	シュガートースト
29	水		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	ミルクゼリー
30	木		ごはん 焼き魚(鮭) 豆腐サラダ 味噌汁 果物	ホワイトパン

- ☆ 牛乳・果物は、毎日あります。
- ☆ 土曜日は、お弁当持参です。



6月～10月頃が旬で、「トマトが赤くなると医者が青くなる」と言われるほど、ビタミンE・C・カルシウム・鉄分などの栄養が豊富で、高血圧予防、コレステロールを抑える働きもあります。北海道では、平取町(日高支庁管内)が全道一の出荷量を誇っています。そのままはもちろん、いろいろな料理に使ってたくさんたべましょう!

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	523kcal	21.2g	18.2g	236g

《今月の果物》

メロン・ぶどう・オレンジ・キウイ・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	九州	ピーマン	道内・幼児センター	りんご	道内
	人参	道内	白菜	道内	バナナ	フィリピン
	玉葱	九州	しいたけ	道内	ゴールデンキウイ	ニュージーランド
	キャベツ	道内	えのき	道内	オレンジ	アメリカ
	大根	道内	しめじ	道内	グレープフルーツ	南アフリカ
	長ネギ	道内	エリンギ	道内	スイカ	道内
	ほうれん草	道内	小松菜	道内	メロン	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		
	パプリカ	韓国	生姜	四国	牛乳	よつ葉
	かぼちゃ	ニュージーランド	なめこ	道内		
	ニラ	道内	大根菜	道内	米	ニセコ産ななつぼし
	サニーレタス	道内	なす	道内・幼児センター		
	いんげん	道内	レタス	道内		

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	幼児センター・道内	スイカ	道内
	人参	道内	白菜	道内	メロン	道内
	玉葱	四国	しいたけ	道内	ゴールデンキウイ	ニュージーランド
	キャベツ	道内	えのき	道内	オレンジ	アメリカ
	大根	道内	しめじ	道内	バナナ	フィリピン
	長ネギ	道内	エリンギ	道内		
	ほうれん草	道内	小松菜	道内		
	きゅうり	幼児センター・道内	ブロッコリー	道内		
	トマト	道内	ミニトマト	幼児センター・道内		
	パプリカ	韓国	生姜	四国	牛乳	よつ葉
	とうもろこし	道内	なめこ	道内		
	サニーレタス	道内	大根菜	道内	米	ニセコ産ななつぼし
	いんげん	道内	なす	幼児センター・道内		
			レタス	道内		

※8月の食材産地は、8月27日現在のものです。