



# 9月こんだて



(ひよこ)

熱量 444kcal タンパク質 15.8g

吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
2 ・ 30 (月)	ごはん 鶏の照り煮 煮物 味噌汁 米 鶏もも肉 砂糖 醤油 ピーマン キャベツ 人参 ひじき コーン シーチキン 砂糖 醤油 すり胡麻 豆腐 わかめ 昆布 味噌	ぶどうゼリー ぶどうジュース 砂糖 ゼラチン 寒天 牛乳	9	ごはん 煮魚 切り干し大根 味噌汁 米 鯛 砂糖 醤油 切り干し大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 薩摩芋 青梗菜 昆布 味噌	ねぎ焼き 小麦粉 卵 青葱 花鰹 醤油 牛乳	
3 ・ 17 (火)	ごはん 南瓜のそぼろ煮 梨 澄まし汁 米 鶏ミンチ 南瓜 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 梨 キャベツ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	焼うどん うどん 豚肉 人参 キャベツ ピーマン 花鰹 薄口醤油 油 牛乳	10 ・ 24	ごはん 豆腐と豚肉の炒め煮 南瓜煮 味噌汁 米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 砂糖 醤油 油 片栗粉 南瓜 砂糖 醤油 茄子 白菜 青葱 昆布 味噌	米粉のパンケーキ 米粉 砂糖 豆乳 ベーキングパウダー 牛乳	
4 ・ 18 (水)	ごはん 煮魚 白菜の煮びたし 味噌汁 米 鯛 砂糖 醤油 白菜 人参 玉葱 砂糖 醤油 大根 麩 わかめ 昆布 味噌	じゃが芋焼き団子 じゃが芋 米粉 コーン 塩 牛乳	11 ・ 25	夕焼けごはん 鶏の照り煮 野菜ソテー 味噌汁 米 人参 酒 塩 薄口醤油 鶏もも肉 砂糖 醤油 ブロッコリー 玉葱 人参 じゃが芋 コンソメ 油 豆腐 小松菜 昆布 味噌	(11日)米粉パン (25日)トースト 牛乳	
5 ・ 19 (木)	ごはん 麻婆大根 味噌汁 米 豚ミンチ 大根 玉葱 人参 青葱 醤油 味噌 片栗粉 胡麻油 ソーメン 玉葱 法蓮草 昆布 味噌	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖 牛乳	12 ・ 26	ナポリタン風うどん 野菜スティック コーンスープ うどん 油 人参 玉葱 ピーマン コンソメ ケチャップ トマトホール缶 粉チーズ 大根 胡瓜 人参 シーチキン缶 砂糖 醤油 酢 胡麻油 冬瓜 人参 クリームコーン缶 コンソメ	鮭のおにぎり 米 鮭 白胡麻 塩 牛乳	
6 ・ 20 (金)	ごはん(20日食パン) クリームシチュー 野菜スティック 米 (20日)食パン 鶏こま じゃが芋 玉葱 人参 片栗粉 コンソメ 豆乳 ブロッコリー 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油	(6日)わらびもち わらび粉 砂糖 水 きな粉 砂糖 (20日)きな粉おにぎり 米 きな粉 砂糖 牛乳	13 ・ 27	ごはん 玉子焼き 根野菜の煮物 味噌汁 米 卵 人参 玉葱 パセリ 砂糖 みりん 醤油 ごぼう 蓮根 人参 大根 豆腐 三度豆 砂糖 醤油 ソーメン 青葱 昆布 味噌	バナナ 花形ビスケット 牛乳	
7 ・ 21 (土)	ささみうどん 野菜の煮物 うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油	スナックスティックパン 牛乳	28	わかめうどん じゃが芋の胡麻煮 うどん わかめ 砂糖 醤油 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 すり胡麻	バターロール 牛乳	
備 考	25日(水)お誕生日会 * 夕焼けごはん 米 人参 酒 塩 薄口醤油 * 鶏の照り煮 鶏もも肉 砂糖 醤油 * 野菜ソテー ブロッコリー 玉葱 人参 じゃが芋 コンソメ 油 * 味噌汁 豆腐 小松菜 昆布 味噌 (おやつ) * トースト * 牛乳		14日(土)運動会 			

\* 天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

\* 保育園では、ひよこぐみ、あひるぐみは、麦、玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ベーコン、ハム、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。