



# 9月こんだて



(うさぎ)(幼児)

熱量 560kcal タンパク質 19.9g

吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ		材 料	お や つ	
2 鶏のからあげ ・ 30 胡麻マヨネーズ和え (月)味噌汁	米 麦 鶏もも肉 酒 醤油 片栗粉 卵 米粉 油 ピーマン キャベツ 人参 ひじき コーン シーチキン マヨネーズ すり胡麻 豆腐 しめじ 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 秋刀魚の塩焼き 切り干し大根 味噌汁	米 秋刀魚 塩 切り干し大根 油揚げ 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 南瓜のそぼろ煮 ・ 17 梨 (火)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 油揚げ 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 こんにゃく まいたけ 砂糖 醤油 油 片栗粉 南瓜 砂糖 醤油 茄子 白菜 青葱 昆布 味噌	クッキー 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン 牛乳
4 煮魚 ・ 18 白菜の煮びたし (水)味噌汁	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 白菜 人参 玉葱 竹輪 こんにゃく 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 鶏の照り焼き 野菜ソテー 味噌汁	米 人参 酒 塩 薄口醤油 鶏もも肉 酒 砂糖 醤油 ブロッコリー 玉葱 人参 じゃが芋 ベーコン コンソメ 油 豆腐 小松菜 昆布 味噌	(11日)米粉パン (25日)カステラ 牛乳
5 麻婆大根 ・ 19 味噌汁 (木)	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 野菜サラダ コーンスープ	スパゲティ 油 人参 玉葱 ピーマン ハム マッシュルーム コンソメ ケチャップ トマトホール缶 粉チーズ キャベツ 胡瓜 人参 シーチキン缶 砂糖 醤油 酢 胡麻油 冬瓜 ベーコン 人参 えのき 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 ごはん(20日食パン) クリームシチュー ・ 20 マカロニサラダ (金)	米 (20日)食パン 鶏こま じゃが芋 玉葱 人参 しめじ 小麦粉 コンソメ 牛乳 シチュールー マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 ハム 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)おはぎ 米 もち米 小豆 砂糖 水 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 厚揚げ 三度豆 砂糖 醤油 ソーメン さつま揚げ 青葱 昆布 味噌	バナナ ルヴァン 牛乳
7 きつねうどん ・ 21 野菜の煮物 (土)	うどん 油揚げ 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 かまぼこ 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 * 鶏の照り焼き 鶏もも肉 酒 砂糖 醤油 * 野菜ソテー ブロッコリー 玉葱 人参 じゃが芋 ベーコン コンソメ 油 * 味噌汁 豆腐 小松菜 昆布 味噌 (おやつ) * カステラ * 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。