



# 9月こんだて



熱量 529kcal タンパク質 18.9g (うさぎ)(幼児)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ	
12 ・ 26 (月)	ごはん すき焼き風煮 めざし 味噌汁	米 豚肉 牛肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 こんにゃく 砂糖 醤油 油 めざし 大根 油揚げ 人参 昆布 鰹節 味噌	(12日)セサミトースト 食パン マーガリン 砂糖 すり胡麻 (26日)五穀パン 牛乳	5	ごはん だし巻き玉子 キャベツと油揚げの たいたん 味噌汁	米 卵 薄口醤油 昆布だし キャベツ 小松菜 油揚げ 人参 玉葱 こんにゃく 砂糖 醤油 茄子 豆腐 青葱 昆布 鰹節 味噌	フルーツ寒天 寒天 砂糖 水 みかん缶 キウイ りんご果汁 牛乳	
13 ・ 27 (火)	ごはん ☆とり天 酢の物 味噌汁	米 鶏もも肉 小麦粉 卵 片栗粉 キャベツ 人参 胡瓜 かまぼこ 酢 砂糖 醤油 ソーメン 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	芋ようかん 薩摩芋 砂糖 水 寒天 牛乳	6 ・ 20 (火)	ごはん 煮魚 大根の金平風 味噌汁	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 大根 人参 こんにゃく さつま揚げ 黒胡麻 砂糖 醤油 油 ソーメン 人参 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	揚げ芋 薩摩芋 油 牛乳	
14 ・ 28 (水)	ごはん (14日) 秋刀魚の梅味噌焼き (28日)赤魚の西京焼き 法蓮草の胡麻和え 味噌汁	米 秋刀魚 白味噌 梅 酒 赤魚 白味噌 酒 法蓮草 もやし 人参 すり胡麻 砂糖 醤油 じゃが芋 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	ぶどうゼリー ぶどう果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 牛乳	7 ・ 21 (水)	バターロール クリームシチュー ☆きのこサラダ 味噌汁	バターロール 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 シチュールウ コンソメ キャベツ 人参 胡瓜 えのき しめじ ベーコン マッシュルーム マヨネーズ	(7日)マカロニの きな粉和え マカロニ きな粉 砂糖 (21日)おはぎ 牛乳	
1 ・ 15 ・ 29 (木)	わかめうどん ☆マヨネーズ炒め 味噌汁	細うどん わかめ 砂糖 醤油 かまぼこ 人参 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 ブロッコリー ズッキーニ 人参 玉葱 ウィンナー 薩摩芋 マヨネーズ 醤油	塩おにぎり 米 塩 昆布 味付け海苔 牛乳	8 ・ 22 (木)	ごはん チャプチェ バナナ 味噌汁	米 豚肉 人参 胡瓜 玉葱 春雨 砂糖 醤油 胡麻油 バナナ 麩 白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	☆コーンマヨサンド 食パン コーン マヨネーズ 牛乳	
16 ・ 30 (金)	納豆ごはん ツナじゃが 梨 味噌汁	米 納豆 醤油 シーチキン じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 梨 白菜 さつま揚げ 青葱 昆布 鰹節 味噌	ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー 牛乳	9 (金)	ごはん ☆肉団子の甘酢和え 中華胡瓜 味噌汁	米 豚ミンチ 豆腐 醤油 酒 片栗粉 人参 玉葱 パイン缶 南瓜 黄パプリカ 赤パプリカ 片栗粉 酢 砂糖 醤油 ケチャップ 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 キャベツ 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	ヨーグルト 胡麻スティック 牛乳	
3 ・ 17 (土)	そぼろ丼 具沢山味噌汁 味噌汁	米 鶏ミンチ 砂糖 醤油 卵 法蓮草 人参 油 大根 人参 ごぼう 豆腐 わかめ 昆布 鰹節 味噌	スナックスティックパン 牛乳	10 ・ 24 (土)	ささみうどん ジャーマンポテト 味噌汁	細うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 玉葱 人参 ベーコン コンソメ 油	ぶどうパン 牛乳	
備 考	2日(金)夏祭り *シーチキンカレー 米 シーチキン じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ 小麦粉 コンソメ *焼き野菜(トッピング) 茄子 ズッキーニ 赤パプリカ *梨 梨 (おやつ) *ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー *牛乳			21日(水)お誕生日会 (おやつ) *おはぎ 米 もち米 塩 水 小豆 砂糖 きな粉 砂糖 *牛乳			8日(木) らいおん組遠足	

\*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。  
\*☆マークは、新メニューです。

