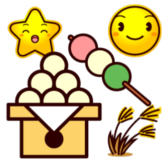
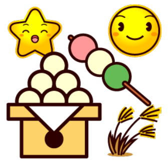


9月こんだて



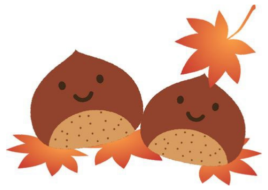
熱量 399 kcal タンパク質 16.6 g （ひよこ） 吉祥院こども園

	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 マカロニのケチャップ炒め 味噌汁	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 マカロニ 人参 玉葱 コーン コンソメ ケチャップ 油 麩 小松菜 人参 昆布 鰹節 味噌	ごはんのおやき 米 醤油 牛乳	9 （月）	ごはん だし巻き玉子 大根のごま和え 味噌汁	米 卵 薄口醤油 昆布だし 大根 胡瓜 人参 砂糖 醤油 すり胡麻 豆腐 小松菜 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
3 ・ 17 （火）	ごはん 煮魚 白菜の煮びたし 澄まし汁	米 鯛 砂糖 醤油 白菜 人参 玉葱 砂糖 醤油 豆腐 わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	ジャムサンド 食パン 苺ジャム 牛乳	10 ・ 24 （火）	ごはん 薩摩芋の煮物 たたきごぼう 味噌汁	米 豚肉 薩摩芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 ごぼう 砂糖 醤油 すり胡麻 ソーメン 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	ちんすこう 小麦粉 黒砂糖 油 牛乳
4 ・ 18 （水）	和風うどん 薩摩芋サラダ コンソメスープ	うどん ツナ 玉葱 人参 法蓮草 醤油 マーガリン 刻みのり 薩摩芋 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ キャベツ 玉葱 昆布 コンソメ	スナックスナックパン 牛乳	11 ・ 25 （水）	ごはん ひじき入りハンバーグ 野菜ソテー 味噌汁	米 （25日）あおむしごはん 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 ひじき 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 キャベツ 人参 玉葱 ピーマン コーン コンソメ 薄口醤油 油 麩 わかめ 昆布 鰹節 味噌	バナナ ビスケット 牛乳
5 ・ 19 （木）	ごはん すき焼き風煮 かきたま汁	米 豚肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 砂糖 醤油 油 卵 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌	焼きポテト じゃが芋 塩 油 牛乳	12 ・ 26 （木）	ごはん 鶏の照り煮 酢の物 味噌汁	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 胡瓜 トマト わかめ もやし 砂糖 醤油 酢 大根 玉葱 昆布 鰹節 味噌	芋ようかん 薩摩芋 砂糖 寒天 水 牛乳
6 ・ 20 （金）	ロールパン クリームシチュー スティック野菜	ロールパン 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ 大根 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油	（6日）肉味噌おにぎり 米 コーン 豚ミンチ みりん 胡麻油 砂糖 醤油 味噌 （20日）きな粉おにぎり 米 きな粉 牛乳	13 ・ 27 （金）	ごはん 鮭の照り焼き 切干大根 味噌汁	米 鮭 酒 みりん 醤油 切干大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	（13）五穀パン （27）マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ 牛乳
7 ・ 21 （土）	野菜うどん 煮物	うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし ピーマン 昆布 鰹節 味噌 薩摩芋 人参 玉葱 砂糖 醤油	黒糖ロールパン 牛乳	14 ・ 28 （土）	かしわうどん 南瓜煮	うどん 鶏肉 砂糖 醤油 法蓮草 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 砂糖 醤油	ぶどうパン 牛乳

備考

25日（水）誕生会
あおむしごはん（夕焼けごはん・菜飯・おかかごはん）

夕焼けごはん	米 人参 酒 塩 薄口醤油
菜飯	米 小松菜 砂糖 醤油
おかかごはん	米 鰹節 薄口醤油
	のり 人参



*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。
*☆マークは、新メニューです。

*保育園では、ひよこぐみは発芽玄米、麦、きのこ類、練り物（竹輪、かまぼこ、さつま揚げ）、ヨーグルト ベーコン、ハム、こんにゃく、油揚げ、揚げ物、カレー、生姜は味が濃く噛みにくいので抜いています。