



# 9月こんだて



熱量 399 kcal タンパク質 16.6 g (あひる)

吉祥院こども園

献立	材	料	おやつ	献立	材	料	おやつ
2 ・ 30	ごはん 鶏の照り煮 マカロニのケチャップ炒め	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	わらび餅 わらび粉 砂糖 水 きな粉 砂糖	9	ごはん だし巻き玉子 大根のごま和え	米 卵 薄口醤油 昆布だし 大根 胡瓜 人参 砂糖 醤油 すり胡麻	ぶどうゼリー ぶどう果汁 寒天 ゼラチン 砂糖
(月)	味噌汁	麩 小松菜 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	豆腐 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳
3 ・ 17	ごはん (3日)秋刀魚の梅味噌焼き (17日)煮魚 白菜の煮びたし	米 秋刀魚 白味噌 梅 酒 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 白菜 人参 玉葱 砂糖 醤油	ジャムサンド 食パン 苺ジャム	10 ・ 24	ごはん 薩摩芋の煮物 たたきごぼう	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	ちんすこう 小麦粉 黒砂糖 油
(火)	澄まし汁	豆腐 わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(火)	味噌汁	ソーメン 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	牛乳
4 ・ 18	和風うどん 薩摩芋サラダ	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	スナックスナックパン	11 ・ 25	ごはん ひじき入りハンバーグ 野菜ソテー	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	バナナ ウエハース
(水)	コンソメスープ	キャベツ 玉葱 昆布 コンソメ	牛乳	(水)	味噌汁	麩 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
5 ・ 19	ごはん すき焼き風煮	米 豚肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 砂糖 醤油 油	焼きポテト じゃが芋 塩 油	12 ・ 26	ごはん 鶏の照り焼き 酢の物	米 鶏もも肉 醤油 酒 みりん 胡瓜 トマト わかめ もやし 砂糖 醤油 酢	芋ようかん 薩摩芋 砂糖 寒天 水
(木)	かきたま汁	卵 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	大根 玉葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
6 ・ 20	ロールパン クリームシチュー 野菜サラダ	ロールパン 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ キャベツ 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	ごはん 鮭の照り焼き 切干大根	米 鮭 酒 みりん 醤油 切干大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油	(13)五穀パン (27)マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ
(金)	野菜うどん	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	黒糖ロールパン	(金)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
7 ・ 21	煮物	薩摩芋 人参 玉葱 砂糖 醤油	牛乳	14 ・ 28	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
(土)							

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、あひるぐみは発芽玄米、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。