



# 9月こんだて



吉祥院こども園

熱量 538kcal タンパク質 22.8g (うさぎ)(幼児)

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
(月)	1 ごはん だし巻き玉子 ・ 29 きゃべつとさつま揚げ のたいたん 味噌汁	米 卵 薄口醤油 昆布だし キャベツ さつま揚げ 人参 玉葱 こんにゃく 砂糖 醤油 豆腐 しめじ 青葱 昆布 鰹節 味噌	☆ツナマヨコーントースト 食パン シーチキン コーン チーズ マヨネーズ 牛乳	(月)	8 ごはん チャプチェ ・ 22 ゆで卵 味噌汁	米 豚ミンチ 人参 胡瓜 玉葱 春雨 砂糖 醤油 胡麻油 卵 キャベツ えのき 青葱 昆布 鰹節 味噌	コーン入りホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー クリームコーン 牛乳
(火)	2 ごはん ・ (2・16)秋刀魚の梅味噌焼 16 (30)鮭の西京焼き ・ 大根の金平 30 かきたま汁	米 秋刀魚 白味噌 酒 梅干し 鮭 白味噌 酒 大根 人参 こんにゃく 竹輪 黒胡麻 砂糖 醤油 油 法蓮草 卵 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	芋ようかん 薩摩芋 砂糖 水 寒天 牛乳	(火)	9 納豆ごはん じゃが芋のそぼろ煮 梨 味噌汁	米 納豆 醤油 鶏ミンチ じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 梨 麩 人参 青梗菜 昆布 鰹節 味噌	五平餅 米 砂糖 味噌 みりん 片栗粉 すり胡麻 牛乳
(水)	3 肉うどん ・ 17 薩摩芋ソテー	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 人参 玉葱 ウィナー コンソメ 醤油 油	わかめおにぎり 米 わかめ 砂糖 醤油 白胡麻 牛乳	(水)	10 ごはん(24)あおむしごはん 鶏のからあげ ・ 24 ナムル 味噌汁	米 鶏もも肉 醤油 酒 卵 片栗粉 小麦粉 油 キャベツ 法蓮草 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 豆腐 なめこ わかめ 昆布 鰹節 味噌	(10)カスタードサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 コーンスターチ (24)クロワッサン 牛乳
(木)	4 豆腐の中華風煮 ・ 18 たたきごぼう 味噌汁	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 しめじ 砂糖 醤油 油 片栗粉 胡麻油 ごぼう 砂糖 醤油 すり胡麻 南瓜 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	お好み焼き 小麦粉 キャベツ 鶏ミンチ 卵 長芋 だし 花鰹 青のり ソース 牛乳	(木)	11 ごはん ポークビーンズ ・ 25 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁	米 豚肉 水煮大豆 じゃが芋 玉葱 人参 マカロニ ケチャップ コンソメ 油 ブロッコリー 人参 白胡麻 砂糖 醤油 白菜 かまぼこ 玉葱 昆布 鰹節 味噌	☆レモンクッキー 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 レモン 牛乳
(金)	5 ロールパン クリームシチュー ・ 19 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 シチュールウ キャベツ 小松菜 胡瓜 人参 コーン ハム 砂糖 醤油 酢 胡麻油	(5)わらびもち わらび粉 砂糖 水 きな粉 砂糖 (19)おはぎ 牛乳	(金)	12 ごはん ☆鯖のみりん焼き ・ 26 豆腐とひじきの炒め煮 澄まし汁	米 鯖 醤油 砂糖 酒 みりん 白胡麻 豆腐 ひじき 蓮根 人参 グリンピース 油揚げ 油 砂糖 醤油 ソーメン 小松菜 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	りんごゼリー りんご果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 りんご 牛乳
(土)	6 チャーハン ・ 20 味噌汁	米 玉葱 人参 ささみ 砂糖 醤油 卵 油 醤油 塩 薩摩芋 大根 人参 青葱 昆布 鰹節 味噌	黒糖ロールパン 牛乳	(土)	13 ちゃんぽんうどん ・ 27 南瓜の土佐煮	うどん 豚肉 人参 キャベツ もやし 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 胡麻油 南瓜 砂糖 醤油 鰹節	バターロール チーズ 牛乳
備考	24(水)お誕生日会 あおむしごはん * 夕焼けご飯 * 菜飯 * おかかごはん いんげん のり	 米 人参 酒 塩 薄口醤油 米 小松菜 砂糖 醤油 米 鰹節 薄口醤油	19(金) * おはぎ 米 もち米 塩 水 小豆 砂糖 きな粉 砂糖	    			

\*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。