



熱量 430kcal タンパク質 17.2g (ひよこ) 吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
27 ・ (月)	ごはん ☆鶏肉のチーズピカタ 白菜のたいたん 味噌汁	米 鶏もも肉 小麦粉 粉チーズ 卵 白菜 人参 玉葱 砂糖 醤油 油 じゃがいも 小松菜 昆布 鰹節 味噌	塩おにぎり 米 塩 牛乳	6 ・ 20 (月)	ごはん ローストチキン パンプキンサラダ 味噌汁	米 鶏もも肉 玉葱 みりん 醤油 酒 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 油 マヨネーズ 大根 人参 昆布 鰹節 味噌	ねぎ焼き 小麦粉 青葱 卵 鰹節 醤油 水 油 牛乳
14 ・ 28 (火)	栗ごはん 鯛煮 酢の物 味噌汁	米 栗 塩 酒 鯛 醤油 砂糖 キャベツ 法蓮草 胡瓜 人参 わかめ 酢 砂糖 醤油 豆腐 青葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ 醤油 水 油 牛乳	7 ・ 21 (火)	ごはん 根野菜の胡麻味噌炒め 胡瓜の酢漬け 澄まし汁	米 豚肉 ごぼう 蓮根 人参 大根 砂糖 醤油 味噌 胡麻 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 白菜 玉ねぎ 昆布 鰹節 薄口醤油	蒸し芋 薩摩芋 牛乳
1 ・ 15 ・ 29 (水)	ごはん 薩摩芋のそぼろ煮 バナナ 味噌汁	米 鶏ミンチ 薩摩芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 ソーメン 人参 昆布 鰹節 味噌	味噌煮込みうどん うどん 昆布 鰹節 味噌 油 牛乳	8 ・ (水)	ゆかりごはん ひじき入りハンバーグ コーンサラダ 味噌汁	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 胡瓜 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油 南瓜 青葱 昆布 鰹節 味噌	ジャムサンド 食パン 苺ジャム 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (木)	ごはん 麻婆豆腐 中華胡瓜 味噌汁	米 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 青梗菜 玉葱 麩 昆布 鰹節 味噌	マーブルケーキ 小麦粉 ココア 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー 牛乳	9 ・ 23 (木)	わかめうどん 大根のごま和え	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 卵 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 大根 胡瓜 人参 砂糖 醤油 すり胡麻	肉味噌おにぎり 米 玉葱 豚ミンチ みりん 胡麻油 砂糖 醤油 牛乳
3 ・ 17 ・ 31 (金)	クリームシチュー 野菜サラダ 味噌汁	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 牛乳 コンソメ 油 キャベツ 小松菜 人参 胡瓜 ツナ 砂糖 醤油 酢 胡麻油	ぶどうゼリー ぶどう果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 牛乳	10 ・ 24 (金)	ごはん 鮭の照り焼き 野菜ソテー 味噌汁	鮭 酒 みりん 醤油 キャベツ 人参 玉葱 ピーマン コンソメ 薄口醤油 油 薩摩芋 茄子 青葱 昆布 味噌	米粉と豆腐のブラウニー 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 油 砂糖 豆腐 牛乳
4 ・ 18 (土)	ささみうどん じゃが芋煮 味噌汁	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃがいも 砂糖 醤油 胡麻	スナックスティックパン 牛乳	11 (土)	すきやき丼 味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 白葱 小松菜 焼き豆腐 砂糖 醤油 酒 みりん じゃがいも 玉葱 大根 人参 わかめ 昆布 味噌	ぶどうパン 牛乳
備 考	22(水)お誕生日会 ごはん おかかごはん ひじき入りハンバーグ コーンサラダ 味噌汁	おやつ 米粉パン 米 米 鰹節 薄口醤油 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 胡瓜 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油 南瓜 青葱 昆布 鰹節 味噌		25(土)運動会 ごはん 南瓜煮 味噌汁		米 南瓜 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 大根 人参 わかめ 昆布 味噌	(29)お弁当保育 おやつ ちんすこう 小麦粉 砂糖 油

* 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。

* 保育園では、ひよこぐみは、麦、玄米、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、厚揚げ、揚げ物は味が濃く噛みにくいので抜いています。