



9月こんだて



(ひよこ)

熱量 435kcal タンパク質 16.4g

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
14	ごはん 煮魚	米 鯛 砂糖 醤油	ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン	7	ごはん グラタン	米 鮭 玉葱 人参 マカロニ コーン 小麦粉 牛乳 粉チーズ マーガリン コンソメ	ぼりぼり胡瓜 胡瓜 塩
28	白菜の煮びたし	白菜 人参 玉葱 砂糖 ¹ 醤油	ベーキングパウダー		ブロッコリー	ブロッコリー 醤油	ビスケット
(月)	澄まし汁	大根 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(月)	味噌汁	豆腐 青葱 昆布 味噌	牛乳
1	ごはん すき焼き風煮	米 豚肉 牛肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 砂糖 醤油 油	ごはんのおやき 米 醤油	8	ごはん 筑前煮	米 鶏こま じゃが芋 人参 ごぼう グリンピース 砂糖 醤油 油	焼きうどん うどん 豚肉 人参 きゃべつ ビーマン
15	梨	梨			巨峰	巨峰	花鰹 薄口醤油 油
29	(火) 味噌汁	ソーメン 玉葱 わかめ 昆布 味噌	牛乳	(火)	味噌汁	卵 法蓮草 人参 昆布 味噌	牛乳
2	ごはん 鶏の照り煮	米 鶏もも肉 砂糖 醤油	ぶどうゼリー ぶどうジュース 砂糖 ゼラチン 寒天	9	炊き込みご飯 煮魚	米 鶏こま 人参 ごぼう 酒 みりん 醤油 鯛 砂糖 醤油	(9日)シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖
16	野菜ソテー	ブロッコリー 玉葱 人参 薩摩芋 コンソメ 油			煮物	薩摩芋 玉葱 人参 砂糖 醤油	(23日)五穀パン 牛乳
30	(水) 味噌汁	キャベツ 人参 昆布 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	茄子 麩 青葱 昆布 味噌	
3	肉うどん	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン	10	ごはん 豆腐と豚肉の炒め煮	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 砂糖 醤油 油 片栗粉	バナナ
17	ひじきの炒め煮	ひじき 人参 じゃが芋 砂糖 醤油 油	牛乳		24	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油
(木)			牛乳	(木)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 味噌	牛乳
4	ごはん 玉子焼き	米 卵 豚ミンチ 人参 グリンピース 砂糖 みりん 醤油	じゃこのおにぎり 米 胡麻 ちりめんじゃこ	11	ロールパン クリームシチュー	ロールパン 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 油 小麦粉 コンソメ 牛乳	(11日)マカロニきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖
18	煮物	大根 人参 玉葱 砂糖 醤油			25	野菜スティック	大根 胡瓜 人参 マヨネーズ
(金)	味噌汁	薩摩芋 わかめ 青葱 昆布 味噌	牛乳	(金)			
5	親子うどん	うどん 鶏こま 人参 卵 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	ぶどうパン	12	わかめうどん	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	スナックスティックパン
19	野菜の煮物	南瓜 玉葱 人参 砂糖 醤油	牛乳		26	薩摩芋の胡麻煮	薩摩芋 砂糖 醤油 すり胡麻
(土)				(土)			

23日(水)お誕生日会

備 考

* 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。

* 保育園では、ひよこぐみとあひるぐみは、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)ベーコン、ハム、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいで抜いています。