



# 9月こんだて



(うさぎ)(幼児)

熱量 525kcal タンパク質 19.6g

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
	ごはん 14 秋刀魚の梅味噌焼き ・ (28日)鯖の梅味噌焼き 28 白菜の煮びたし	米 秋刀魚 白味噌 梅 酒 鯖 白味噌 梅 酒 白菜 人参 玉葱 油揚げ こんにゃく 砂糖1 醤油	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		ごはん グラタン 7 ブロccoli	米 鮭 玉葱 人参 マカロニ しめじ コーン 舞茸 マッシュルーム 小麦粉 牛乳 粉チーズ マーガリン コンソメ ブロッコリー 醤油	ぼりぼり胡瓜 胡瓜 塩 ビスケット
(月)	澄まし汁	大根 なめこ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(月)	味噌汁	豆腐 油揚げ 青葱 昆布 味噌	牛乳
	1 ごはん ・ すき焼き風煮 15 梨 ・ 梨 29	米 豚肉 牛肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 こんにゃく 砂糖 醤油 油 梨	豆乳わらびもち わらび粉 砂糖 豆乳 水 きな粉 砂糖		ごはん 筑前煮 8 巨峰	米 鶏こま じゃが芋 人参 ごぼう こんにゃく 竹輪 グリンピース 砂糖 醤油 油 巨峰	焼きうどん うどん 豚肉 人参 きゃべつ ビーマン 花鰹 薄口醤油 油
(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 ・ タンドリーチキン 16 野菜ソテー ・ 野菜ソテー 30	米 鶏もも肉 ヨーグルト ケチャップ カレールウ 醤油 ブロッコリー 玉葱 人参 薩摩芋 ベーコン コンソメ 油	ぶどうゼリー ぶどうジュース 砂糖 ゼラチン 寒天		炊き込みご飯 9 ☆かじきのから揚げ ・ 酢の物 23	米 鶏こま 人参 ごぼう 酒 みりん 醤油 かじきまぐろ 醤油 酒 片栗粉 小麦粉 キャベツ 胡瓜 人参 もやし 酢 砂糖 醤油 胡麻	(9日)シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖 (23日)五穀パン
(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	牛乳
	3 肉うどん ・ ひじきの炒め煮 17	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 ひじき 人参 じゃが芋 油揚げ 砂糖 醤油 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 ・ 南瓜煮 24	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 こんにゃく まいたけ5 砂糖 醤油 油 片栗粉 南瓜 砂糖 醤油	バナナ 胡麻スティック
(木)	味噌汁	薩摩芋 わかめ 青葱 昆布 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	白菜 さつま揚げ 青葱 昆布 味噌	牛乳
	4 ごはん 玉子焼き ・ おひたし 18	米 卵 豚ミンチ 人参 グリンピース 砂糖 みりん 醤油 キャベツ 法蓮草 人参 かまぼこ 鰹節 砂糖 醤油	梅とじゃこのおにぎり 米 梅干し 胡麻 ちりめんじゃこ		11 ロールパン ☆ビーフシチュー ・ 大根サラダ 25	ロールパン 牛肉 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 油 ビーフシチュールウ 小麦粉 コンソメ 大根 胡瓜 人参 ハム コーン マヨネーズ	(11日)マカロニきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖 (25日)おはぎ 米 もち米 塩 水 小豆 砂糖 きな粉 砂糖 牛乳
(金)	味噌汁	薩摩芋 わかめ 青葱 昆布 味噌	牛乳	(金)	味噌汁	白菜 さつま揚げ 青葱 昆布 味噌	牛乳
	5 親子うどん ・ 野菜の煮物 19	うどん 鶏こま 人参 卵 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 玉葱 人参 さつま揚げ 砂糖 醤油	ぶどうパン		12 わかめうどん ・ 薩摩芋の胡麻煮 26	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 かまぼこ 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油 すり胡麻	スナックスティックパン
(土)	味噌汁	薩摩芋 わかめ 青葱 昆布 味噌	牛乳	(土)	味噌汁	白菜 さつま揚げ 青葱 昆布 味噌	牛乳

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。  
\* ☆がついているのは新メニューになります。