



9月こんだて



(あひる)

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 ・ 28	ごはん 秋刀魚の梅味噌焼き ・ (28日)鯖の梅味噌焼き 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 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	7	ごはん グラタン ・ ブロッコリー	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 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 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 ・ 15 ・ 29	ごはん ・ すき焼き風煮 ・ 梨	米 豚肉 牛肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 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	8	ごはん 筑前煮 ・ 巨峰	米 鶏こま じゃが芋 人参 ごぼう 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 ・ 16 ・ 30	ごはん ・ 鶏の照り煮 ・ 野菜ソテー	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 ブロッコリー 玉葱 人参 薩摩芋 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	9 ・ 23	炊き込みご飯 煮魚 ・ 酢の物	米 鶏こま 人参 ごぼう 酒 みりん 醤油 鯛 砂糖 醤油 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
(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	(23日)五穀パン 牛乳
3 ・ 17	肉うどん ・ ひじきの炒め煮	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 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 ・ 24	ごはん 豆腐と豚肉の炒め煮 ・ 南瓜煮	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 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)			牛乳	(木)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 味噌	牛乳
4 ・ 18	ごはん 玉子焼き ・ おひたし	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 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 ・ 25	ロールパン クリームシチュー ・ 大根サラダ	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 大根 胡瓜 人参 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)きな粉おにぎり 米 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)			
5 ・ 19	親子うどん ・ 野菜の煮物	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 砂糖 醤油	ぶどうパン	12 ・ 26	わかめうどん ・ 薩摩芋の胡麻煮	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 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 牛乳
(土)			牛乳	(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、こんにゃく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。