



9月こんだて



熱量 435kcal タンパク質 15.8g (あひる)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
12 ・ 26	ごはん すき焼き風煮 めざし	米 豚肉 牛肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 砂糖 醤油 油 めざし	(12日)セサミトースト 食パン マーガリン 砂糖 すり胡麻 (26日)五穀パン 牛乳	5	ごはん だし巻き玉子 キャベツのたいたん	米 卵 薄口醤油 昆布だし キャベツ 小松菜 人参 玉葱 砂糖 醤油	フルーツ寒天 寒天 砂糖 水 みかん缶 キウイ りんご果汁
(月)	味噌汁	大根 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	茄子 豆腐 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
13 ・ 27	ごはん 鶏煮 酢の物	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 キャベツ 人参 胡瓜 酢 砂糖 醤油	芋ようかん 薩摩芋 砂糖 水 寒天	6 ・ 20	ごはん 煮魚 大根の金平風	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 大根 人参 南瓜 黒胡麻 砂糖 醤油 油	蒸し芋
(火)	味噌汁	ソーメン 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(火)	味噌汁	ソーメン 人参 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	牛乳
14 ・ 28	ごはん (14日) 秋刀魚の梅味噌焼き (28日)赤魚の西京焼き 法蓮草の胡麻和え	米 秋刀魚 白味噌 梅 酒 赤魚 白味噌 酒 法蓮草 もやし 人参 すり胡麻 砂糖 醤油	ぶどうゼリー ぶどう果汁 寒天 ゼラチン 砂糖	7 ・ 21	バターロール クリームシチュー 野菜サラダ	バターロール 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ キャベツ 人参 胡瓜 マヨネーズ	(7日)マカロニの きな粉和え マカロニ きな粉 砂糖 (21日)きな粉おにぎり 牛乳
(水)	味噌汁	じゃが芋 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)			
1 ・ 15 ・ 29	わかめうどん ☆マヨネーズ炒め	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 青葱 昆布 鰹節 砂糖 砂糖 薄口醤油 ブロッコリー ズッキーニ 人参 玉葱 薩摩芋 マヨネーズ 醤油 油	塩おにぎり 米 塩 昆布 味付け海苔	8 ・ 22	ごはん 煮物 バナナ	米 豚肉 薩摩芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 バナナ	☆コーンマヨサンド 食パン コーン マヨネーズ
(木)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	麩 白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
16 ・ 30	納豆ごはん ツナじゃが 梨	米 納豆 醤油 シーチキン じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 梨	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	9	ごはん ☆肉団子の甘酢和え 中華胡瓜	米 豚ミンチ 豆腐 醤油 酒 片栗粉 人参 玉葱 パイン缶 南瓜 黄パプリカ 赤パプリカ 片栗粉 酢 砂糖 醤油 ケチャップ 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖
(金)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(金)	味噌汁	キャベツ 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
3 ・ 17	そばろ丼 具沢山味噌汁	米 鶏ミンチ 砂糖 醤油 卵 法蓮草 人参 油 大根 人参 ごぼう 豆腐 わかめ 昆布 鰹節 味噌	スナックスティックパン	10 ・ 24	ささみうどん ジャーマンポテト	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 玉葱 人参 コンソメ 油	ぶどうパン
(土)			牛乳	(土)			牛乳
備 考	2日(金)夏祭り *ごはん *クリームシチュー *マカロニサラダ *梨 (おやつ) *ホットケーキ *牛乳	米 シーチキン じゃが芋 玉葱 人参 小麦粉 牛乳 コンソメ マカロニ ズッキーニ 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油 梨 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー		21日(水)お誕生日会			

*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、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ので抜いています。

