

🌻 9月 給食献立表 🌻

令和 3年

日 曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	3才以上 エネルギー 100kcal 1.0g	3才未満児 エネルギー 100kcal 1.0g
1 水	《防災の日》 ごはん 豚汁	牛乳 パナナ 牛乳 ビザトースト	・ぶたもも肉・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・ベーコン ・フロセスチーズ	・精白米・さといも ・食パン	・だいごん・にんじん・ごぼう ・青ねぎ・バナナ・トマトケチャップ ・青ヒマン・たまねぎ ・コーン	574kcal 1.8g	492kcal 1.3g
2 木	ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草のサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 コロコロトースト	・さば・蒸しかまぼこ ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・いりこま ・マヨネーズ・食パン・砂糖 ・無塩バター	・ほうれんそう・にんじん ・カットわかめ・青ねぎ ・かぼちゃ	531kcal 1.5g	454kcal 1.1g
3 金	ごはん ポークビーンズ ブロッコリーのおかか和え バナナ	牛乳 りんご 牛乳 麩のラスク キャンディーチーズ	・ぶたもも肉・大豆水煮 ・削り節・普通牛乳 ・キャンディーチーズ	・精白米・じゃがいも・調合油 ・砂糖・ふ・無塩バター	・たまねぎ・にんじん ・マッシュルーム水煮 ・トマトケチャップ・ブロッコリー ・コーン・バナナ・りんご	524kcal 1.3g	451kcal 1.1g
6 月	ごはん あじの塩焼き キャベツのごまネーズ和え 麩とえのきの味噌汁	牛乳 ふかし芋 牛乳 たいやき	・あじ・焼き竹輪 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・マヨネーズ ・いりこま・さつまいも	・キャベツ・にんじん・えのきだけ ・青ねぎ	510kcal 1.6g	458kcal 1.2g
7 火	ごはん 高野豆腐のそぼろ煮 もやしとにらの和え物 みかん缶	牛乳 蒸し人参 牛乳 簡単マーブル ケーキ	・高野豆腐・鶏ひき肉 ・グリーンピース・鶏卵 ・ロースハム・普通牛乳	・精白米・砂糖・いりこま ・ごま油 ・ホットケーキミックス ・調合油・三温糖	・たまねぎ・乾しいたけ ・りよくとうもやし・にら ・みかん・にんじん	578kcal 1.6g	471kcal 1.3g
8 水	ごはん さけのムニエル 小松菜の煮びたし パイン 缶	牛乳 りんご 牛乳 チーズトースト	・さけ・油揚げ・削り節 ・普通牛乳 ・フロセスチーズ	・精白米・薄力粉・バター ・食パン	・レモン・こまつな ・パインアップル・りんご	556kcal 1.7g	460kcal 1.3g
9 木	ごはん ミートボール いんげんのごま和え なすと玉ねぎの味噌汁	牛乳 パナナ 牛乳 毎日強骨ヨーグル ルト マリービスケット	・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・毎日強骨ヨーグルト700	・精白米・いりこま・砂糖 ・ビスケット	・さやいんげん・にんじん・なす ・たまねぎ・バナナ	617kcal 1.8g	513kcal 1.2g
10 金	きのこごはん 鶏肉のごま みそ焼き ブロッコリー プチトマト ジョア	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 フレンズクレープ	・油揚げ・若鶏もも肉 ・淡色辛みそ・ショア ・普通牛乳	・精白米・しらたき・いりこま ・砂糖	・ぶなしめじ・にんじん ・ブロッコリー・ミニトマト ・かぼちゃ	645kcal 1.3g	567kcal 1.0g
11 土	お弁当	牛乳 マンナウエファー 牛乳 芋けんぴ	・普通牛乳	・マンナウエファー・芋けんぴ			
13 月	ごはん 赤魚の煮つけ かぼちゃのサラダ 麩とわかめの味噌汁	牛乳 パナナ 牛乳 人参フレンチト ースト	・あかつお・淡色辛みそ ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・砂糖・マヨネーズ ・食パン・バター	・しょうが・かぼちゃ ・レーズン・カットわかめ・青ねぎ ・バナナ・にんじん	592kcal 1.9g	500kcal 1.4g
14 火	豚丼 さわやかキャベツ チーズ	牛乳 りんご 牛乳 黒糖蒸しパン	・ぶたもも肉 ・フロセスチーズ ・普通牛乳	・精白米・砂糖 ・ホットケーキミックス ・さつまいも・黒砂糖	・たまねぎ・にんじん・青ねぎ ・しょうが・キャベツ・きゅうり ・パインアップル・りんご	574kcal 1.9g	499kcal 1.5g
15 水	大豆入りのシーチキンカレー 小松菜のサラダ ソファール元気ヨーグル ト	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 ハニーパン	・まぐろ油漬 ・大豆水煮・ベーコン ・ソファール・普通牛乳	・精白米・じゃがいも・調合油 ・カレールウ・マヨネーズ ・いりこま・食パン ・バター・はちみつ	・たまねぎ・にんじん ・トマトケチャップ・こまつな ・りよくとうもやし ・かぼちゃ	638kcal 2.2g	560kcal 1.6g
16 木	ごはん 厚揚げの中華風煮 青梗菜の和え物 オレンジ	牛乳 ふかし芋 牛乳 チーズサンド	・生揚げ・ぶたひき肉 ・しらす干し・普通牛乳 ・フロセスチーズ	・精白米・調合油・砂糖 ・片栗粉・さつまいも・食パン	・たまねぎ・にんじん ・だけのこ水煮・生しいたけ ・青ねぎ・しょうが・チンゲンサイ ・オレンジ	561kcal 1.9g	490kcal 1.4g
17 金	ごはん 鮭の塩焼き 豆腐とわかめのサラダ じゃが芋とわかめの味噌汁	牛乳 蒸し人参 牛乳 コーンフレーク クッキー	・ぎんざけ・絹ごし豆腐 ・かにかまぼこ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・いりこま・砂糖 ・ごま油・じゃがいも・調合油 ・ホットケーキミックス ・コーンフレーク	・カットわかめ・きゅうり・レタス ・コーン・たまねぎ・乾わかめ ・にんじん	651kcal 1.5g	521kcal 1.1g
21 火	《十五夜給食》 じゃこ入りわかめごはん うさぎ型ハンバーグ 春雨サラダ みかん缶	牛乳 パナナ 牛乳 十五夜デザート	・しらす干し ・わかめご飯の素 ・うさぎ型ハンバーグ ・普通牛乳	・精白米・ほろさめ ・マヨネーズ・十五夜デザート	・にんじん・きゅうり・コーン ・みかん・バナナ	498kcal 1.3g	466kcal 1.1g
22 水	ミートスバゲティ 小松菜ともやしのごま和 え パナナ	《お彼岸》 牛乳 蒸し人参 牛乳 おはぎ	・ぶたひき肉 ・グリーンピース・普通牛乳 ・きな粉	・マカロニ・スバゲティ ・有塩バター・いりこま ・精白米・もち米	・たまねぎ・トマトソース ・トマトケチャップ・こまつな ・りよくとうもやし・バナナ ・にんじん	494kcal 1.3g	409kcal 1.0g
24 金	ごはん 焼き栗コロッケ 切干大根の煮物 レタスのスープ	牛乳 りんご 牛乳 パナナスコーン	・焼き栗コロッケ ・焼き竹輪・油揚げ ・普通牛乳	・精白米・砂糖 ・ホットケーキミックス ・バター	・切干しいたごん・にんじん・レタ ・カットわかめ・りんご・バナナ	522kcal 1.6g	462kcal 1.2g
25 土	お弁当	牛乳 マリービスケット 牛乳 源氏パイ	・普通牛乳	・ビスケット・けんぴパイ			
27 月	ごはん さんまの生姜煮 ブロッコリーのマヨネーズ 和え厚揚げとごぼうの味噌 汁	牛乳 パナナ 牛乳 毎日ヨーグルト クラッカー	・生揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・毎日トリプシヨーグルト	・精白米・マヨネーズ ・クラッカー	・ブロッコリー・にんじん ・コーン・ごぼう・青ねぎ ・バナナ	617kcal 2.4g	539kcal 1.9g
28 火	《お誕生日会》 赤飯 えびカツレツ ほうれん草のマヨネーズ 和え ビビビチーズ	牛乳 マリービスケット 牛乳 さつまいものタル ト	・あずき・ビビビチーズ ・普通牛乳	・精白米・もち米・ごま塩 ・調合油・マヨネーズ ・ビスケット ・お米で国産さつまいもと栗のタル	・ほうれんそう・コーン	545kcal 1.5g	538kcal 1.3g
29 水	ごはん 豆腐の肉みそグラタ ン かぼちゃのバター煮 オ レンジ	牛乳 ふかし芋 牛乳 マヨネーストース ト	・木綿豆腐・ぶたひき肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・砂糖・マヨネーズ ・バター・さつまいも ・食パン	・しその葉・かぼちゃ ・オレンジ・コーン・たまねぎ	607kcal 1.4g	532kcal 1.0g
30 木	親子丼 きゅうりとツナの酢の物 プチゼリー	牛乳 りんご 牛乳 ヨーグルト和え	・鶏卵・若鶏もも肉 ・まぐろ油漬 ・普通牛乳 ・グリーンヨーグルト	・精白米・砂糖 ・ゼリー	・たまねぎ・青ねぎ・きゅうり ・コーン・カットわかめ ・りんご・みかん ・パインアップル・バナナ	513kcal 1.7g	443kcal 1.3g

※おやつの上段が午前のおやつ・下段は午後のおやつです。(午前のおやつは3歳未満児のみ)
 ※園で使用しているかまぼこ・ちくわ・ハム・ベーコンには卵を含まないものを使用しています。
 ※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。