

# 9月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日	曜	献立名	食品名	おやつ	
2	月	牛乳	麻婆豆腐丼	米・木綿豆腐・豚挽肉・長ねぎ・しいたけ・にんにく・しょうが	お茶
			中華サラダ	きゅうり・にんじん・もやし・ハム・中華ドレ	かぼちゃプリン
			白菜スープ	はくさい・えのき・にんじん	かぼちゃ・牛乳・粉寒天
			りんご		生クリーム
3	火	牛乳	バターロール	バターロール	お茶
			豚肉ときのこのケチャップ炒め	豚肉・しめじ・しいたけ・たまねぎ	大豆ごはん
			粉ふき芋	じゃがいも	米・ゆで大豆・にんじん
			ほうれん草スープ/梨/牛乳	ほうれん草・たまねぎ・ベーコン	干しいたけ・油揚げ
4	水	牛乳	ドライカレー	米・豚挽肉・たまねぎ・にんじん・カレールウ	牛乳
			キャベツとコーンのサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・洋ドレ	りんごホットケーキ
			柿		ホットケーキMIX・牛乳 りんご
5	木	牛乳	栗ごはん	米・甘露煮・黒ゴマ	牛乳
			あじの塩焼き	あじ	ミートパイ
			白和え	絹豆腐・ほうれんそう・にんじん・糸こんにやく・すりごま	パイ皮・豚挽肉・たまねぎ
			味噌汁/巨峰	だいこん・油揚げ・万能ねぎ	にんじん・マッシュルーム・トマト
6	金	牛乳	ごはん	米	お茶
			鶏肉のクリーム煮	鶏肉・たまねぎ・パセリ	コーンおかかおにぎり
			さつまいもサラダ	さつまいも・にんじん・きゅうり・洋ドレ	米・コーン・かつおぶし
			きのこスープ/りんご	しめじ・えのき・たまねぎ	
7	土	牛乳	ビビンバ丼	米・豚挽肉・ほうれんそう・もやし・にんじん・白ごま	牛乳
			きゅうりの甘酢和え	きゅうり	ココアバナナトースト
			わかめスープ	わかめ・たまねぎ	食パン・マーガリン
			バナナ		バナナ・ココア
9	月	牛乳	ごはん	米	お茶
			おからハンバーグ	おから・豚挽肉・たまねぎ・卵・パン粉	焼きビーフン
			切干大根サラダ	切干大根・にんじん・きゅうり・和ドレ	ビーフン・豚肉・もやし
			味噌汁/柿	かぼちゃ・たまねぎ	にんじん・ピーマン
10	火	牛乳	五目うどん	うどん・鶏肉・にんじん・さといも・ながねぎ・しいたけ	お茶
			小松菜のツナ和え	こまつな・にんじん・ツナ・和ドレ	炒飯
			梨		米・焼豚・ながねぎ・卵
11	水	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	お茶
			さばの味噌煮	さば・しょうが	おせんべい
			里芋の煮物	さといも・にんじん・いんげん	ヨーグルト
			清汁/オレンジ	絹豆腐・えのき・ながねぎ	
12	木	牛乳	ごはん	米	牛乳
			ささみチーズフライ	鶏ささみ・卵・パン粉・粉チーズ	さつまいも蒸しパン
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・にんじん・洋ドレ	蒸しパンMIX・牛乳
			ポテトスープ/りんご	じゃがいも・たまねぎ・ベーコン・パセリ	さつまいも
13	金	牛乳	きのこごはん	米・しめじ・しいたけ・まいたけ・にんじん	牛乳
			炒り豆腐	木綿豆腐・鶏挽肉・ごぼう・にんじん・こんにやく・いんげん	コーンフレークパー
			キャベツの胡麻和え	キャベツ・きゅうり・にんじん・すりごま	コーンフレーク・無塩バター
			味噌汁/デラウェア	とうがん・油揚げ・葉ねぎ	マシュマロ

※午前おやつは乳児のみの提供になります。

※材料等の都合により献立の変更することもありますので、ご了承下さい。

※メニューの内容をご確認いただき、また食べたことのない食品がありましたら、

保育園で食べる前にご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。

★印は今月の絵本料理です。



日	曜	献立名	食品名	おやつ	
14	土	牛乳	鶏ごぼうご飯	米・鶏もも肉・ごぼう・にんじん・さやいんげん・しいたけ	お茶
			トマトの昆布和え	トマト・きゅうり・塩昆布	鮭おにぎり
			清汁	こまつな・高野豆腐	米・さけフレーク
			オレンジ		
17	火	牛乳	バターロール	バターロール	牛乳
			豚肉ときのこのケチャップ炒め	豚肉・しめじ・しいたけ・たまねぎ	お月見まんじゅう
			粉ふき芋	じゃがいも	小麦粉・BP・かぼちゃ
			ほうれん草スープ/梨/牛乳	ほうれん草・たまねぎ・ベーコン	牛乳・こしあん・ココア
18	水	牛乳	ドライカレー	米・豚挽肉・たまねぎ・にんじん・カレールウ	牛乳
			キャベツとコーンのサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・洋ドレ	りんごホットケーキ
			柿		ホットケーキMIX・牛乳 りんご
19	木	牛乳	栗ごはん	米・甘露煮・黒ゴマ	牛乳
			あじの塩焼き	あじ	おはぎ
			白和え	絹豆腐・ほうれんそう・にんじん・糸こんにやく・すりごま	米・もち米・あずき・きな粉
			味噌汁/巨峰	だいこん・油揚げ・万能ねぎ	
20	金	牛乳	ごはん	米	お茶
			鶏肉のクリーム煮	鶏肉・たまねぎ・パセリ	コーンおかかおにぎり
			さつまいもサラダ	さつまいも・にんじん・きゅうり・洋ドレ	米・コーン・かつおぶし
			きのこスープ/りんご	しめじ・えのき・たまねぎ	
21	土	牛乳	ビビンバ丼	米・豚挽肉・ほうれんそう・もやし・にんじん・白ごま	牛乳
			きゅうりの甘酢和え	きゅうり	ココアバナナトースト
			わかめスープ	わかめ・たまねぎ	食パン・マーガリン
			バナナ		バナナ・ココア
24	火	牛乳	五目うどん	うどん・鶏肉・にんじん・さといも・ながねぎ・しいたけ	お茶
			小松菜のツナ和え	こまつな・にんじん・ツナ・和ドレ	炒飯
			梨		米・焼豚・ながねぎ・卵
25	水	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
			さばの味噌煮	さば・しょうが	★おおきなかぶマフィン
			里芋の煮物	さといも・にんじん・いんげん	小麦粉・BP・ココア・卵
			清汁/オレンジ	絹豆腐・えのき・ながねぎ	無塩バター・牛乳
26	木	牛乳	㊟ランチ		牛乳
			サンドウィッチ	食パン・マーガリン・ハム・チーズ	マロンケーキ
			鶏肉のから揚げ	鶏肉・しょうが	小麦粉・BP・卵
			コロコロサラダ	きゅうり・だいこん・にんじん・洋ドレ	無塩バター・牛乳・甘露煮
			ミネストローネスープ/梨	キャベツ・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・トマト・ベーコン・パセリ	
27	金	牛乳	きのこごはん	米・しめじ・しいたけ・まいたけ・にんじん	牛乳
			炒り豆腐	木綿豆腐・鶏挽肉・ごぼう・にんじん・こんにやく・いんげん	コーンフレークパー
			キャベツの胡麻和え	キャベツ・きゅうり・にんじん・すりごま	コーンフレーク・無塩バター
			味噌汁/デラウェア	とうがん・油揚げ・葉ねぎ	マシュマロ
28	土	牛乳	鶏ごぼうご飯	米・鶏もも肉・ごぼう・にんじん・さやいんげん・しいたけ	お茶
			トマトの昆布和え	トマト・きゅうり・塩昆布	鮭おにぎり
			清汁	こまつな・高野豆腐	米・さけフレーク
			オレンジ		
30	月	牛乳	ごはん	米	お茶
			おからハンバーグ	おから・豚挽肉・たまねぎ・卵・パン粉	焼きビーフン
			切干大根サラダ	切干大根・にんじん・きゅうり・和ドレ	ビーフン・豚肉・もやし
			味噌汁/柿	かぼちゃ・たまねぎ	にんじん・ピーマン

●今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 463kcal 蛋白質 16.2g 脂質 14.2g  
 幼児 エネルギー 591kcal 蛋白質 21.4g 脂質 19.0g

