

# 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	ごはん	米	牛乳
	タンドリーチキン	鶏肉・ヨーグルト・カレー粉	お好み焼き
	スティックサラダ	大根・人参・胡瓜・洋ドレ	小麦粉・豚肉・人参
	味噌汁 / 果物	小松菜・冬瓜・油揚げ	キャベツ・卵・のり おかか・マヨネーズ
3・火 17	あんかけ焼きそば	蒸し中華麺・青梗菜・もやし・人参・竹の子・かまぼこ・豚肉	お茶
	かぼちゃの煮物	南瓜	しらすごはん
	卵スープ / 果物	卵・玉ねぎ・さやいんげん	米・しらす干し
4・水 18	麦ごはん	米・麦	牛乳
	鮭のちゃんちゃん焼き	鮭・キャベツ・人参・もやし・ピーマン・玉ねぎ	マールビスケット
	胡瓜の麴和え	胡瓜・かぶ・塩麴	小麦粉・バター
	味噌汁 / 果物	豆腐・万能ねぎ・なめこ	ココア・砂糖
5木	バターロール	バターロール	お茶
	白身魚フライ	白身魚・卵	こぎつねうどん
	わかめサラダ	わかめ・胡瓜・キャベツ・中華ドレ	うどん・油揚げ・人参
	コーンスープ	クリームコーン・玉ねぎ・パセリ	長ねぎ・しめじ
	牛乳	牛乳	
6・金 20	カレーライス	米・豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・ルウ	牛乳
	かまぼこサラダ	かまぼこ・ほうれん草・胡瓜・アスパラガス・和ドレ・トマト	豆乳プリン
	果物		豆乳・ゼラチン・砂糖 粉寒天・きな粉・黒蜜
7土 21	混ぜご飯	米・鶏挽肉・ごぼう・白滝・さやいんげん	牛乳
	コーンサラダ	コーン・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ	クリームパン
	味噌汁 / 果物	玉ねぎ・なす	
9・月 30	蒲焼き丼	米・さんま(0歳児クラスは白身魚です)	牛乳
	糸寒天サラダ	糸寒天・胡瓜・かまぼこ・中華ドレ・トマト	さつま芋蒸しパン
	味噌汁 / 果物	大根・人参・こんにゃく・小松菜・長ねぎ	小麦粉・さつま芋・BP・砂糖
10・火 24	冷やし中華	生中華麺・ハム・卵・ゴマ・胡瓜・トマト・もやし・コーン	お茶
	冬瓜のそぼろ煮	冬瓜・人参・豚挽肉	おはぎ
	果物		米・もち米・小豆・きな粉・砂糖
11・水 25	ごはん	米	牛乳
	回鍋肉	豚肉・キャベツ・ピーマン・椎茸	アップルパイ
	おくらの磯和え	おくら・人参・のり	りんご・餃子の皮
	味噌汁	もやし・えのき茸・油揚げ	
12・木 26	パン	食パン	お茶
	魚のカレームニエル	カレイ・カレー粉・バター	炊き込みごはん
	ジャーマンポテト	じゃが芋・ベーコン・玉ねぎ・パセリ	米・干椎茸・人参
	トマトマリネ	トマト	ごぼう・鶏肉・白滝
	春雨スープ	春雨・チンゲン菜・人参	
	牛乳	牛乳	
13・金 27	ごはん	米	牛乳
	カリカリチキン	鶏肉・コーンフレーク・マヨネーズ	焼きドーナツ
	切り干し大根サラダ	切干大根・人参・胡瓜・かにかま・中華ドレ	ケーキMix粉・卵
	味噌汁 / 果物	生揚げ・小松菜	バター・牛乳・砂糖
14・土 28	チキンライス	米・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン	牛乳
	コロコロサラダ	胡瓜・人参・じゃが芋・マヨネーズ	あんぱん
	キャベツスープ / 果物	キャベツ・えのき茸	
19木	㊦ーランチ		牛乳
	カレーピラフ	米・玉ねぎ・ウインナー・ピーマン・カレー粉	モンブラン
	はんぺんフライ	はんぺん・チーズ・卵	ケーキMix粉・牛乳・蜂蜜
	ポイル野菜オーロラソースかけ	ブロッコリー・人参・胡瓜・マヨネーズ	さつま芋・生クリーム
	オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・マッシュルーム・パセリ	栗甘露煮・砂糖

※昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

★今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 489kcal 蛋白質 18.1g 脂質 16.5g  
 幼児 エネルギー 570kcal 蛋白質 20.9g 脂質 18.2g



|