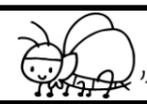
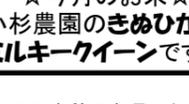
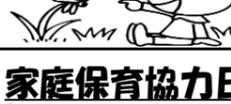
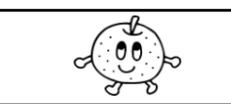
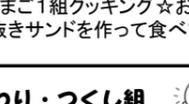
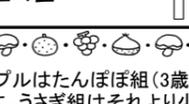
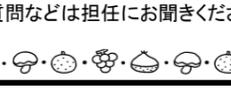


令和3年9月献立表 (5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぼぼ組・2歳児うさぎ組) 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1 8月 誕生会	水	アンパンマンちらし寿司	米 卵 人参 干し椎茸 蓮根 ほうれん草 板こんにゃく 赤パプリカ 葱 砂糖 しょう油 みりん 酢 塩	フルーツヨーグルト	ヨーグルト 砂糖 黄桃缶	441	
		さつまいも天ぷら	さつまいも 小麦粉 でん粉 塩 油		14.3		
		きゃべつともやしのナムル	きゃべつ もやし 人参 ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 みりん 酒 酢 ゴマ油				
		花魁としめじのすまし汁	花魁 しめじ 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし				
2	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	593	マヨドレは、卵を使用しないマヨネーズ風味のドレッシングです。
		鮭の秋色焼き	鮭 塩 しめじ 人参 コーン マヨドレ しょう油	梨	梨	30.3	
		野菜炒め	きゃべつ 玉葱 人参 もやし マッシュルーム ベーコン しょう油 みりん 酒 塩	ブリッツ(サラダ味)	☆ ☆ ☆		
3	金	きのこウインナーのナポリタンスパゲティ	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークビッツ 玉葱 人参 ビーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン	牛乳	牛乳	535	☆うさぎ組クッキング☆お部屋でカラフルゼリーを作って食べます♪
		さつまいもサラダ	さつまいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ	☆ ☆ ☆	17.4		
4	土	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき	ジュース	りんごジュース	513	家庭保育協力日
		牛肉コロケ	かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉	お菓子	☆ ☆ ☆	11.3	
6	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	481	今月のこの地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食材)は、 鮭・きのこ(しめじ・舞茸・えのきなど) ・梨です。 給食のメニューにもたくさん取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
		鯖の生姜漬け焼き	鯖 葱 生姜 にんにく しょう油 みりん 酒 砂糖	バナナ	バナナ	23.7	
		白菜としめじの煮浸し	白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	ぼんち揚げ	☆ ☆ ☆	794	
7	火	冷やしサラダうどん	うどん きゅうり レタス 豚肉 かにかま コーン	牛乳	牛乳	29.3	☆うさぎ組クッキング☆お部屋でカラフルゼリーを作って食べます♪
		ほうれん草のおかか和え	めんつゆ マヨドレ すりごま 砂糖	ジーマミードーフ	☆ ☆ ☆	29.3	
8	水	かりかり魚	煮干し 油	うさぎ組)牛乳	牛乳	465	何が入っているか探してみてくださいね♪
		きのこカレーライス	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも	きな粉せんべい	☆ ☆ ☆	21.6	
9	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	519	
		竹輪の磯辺揚げ	竹輪 青のり 小麦粉 油	グレープゼリー	グレープジュース ゼラチン 砂糖	24.9	
		ブロッコリーのピクルス	ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油	たべっ子どうぶつ	☆ ☆ ☆	619	
		人参としめじの味噌汁	人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	新湯仕込み(塩)	☆ ☆ ☆	24.1	
10	金	夕焼けライス	米 人参 かつおだし	牛乳	牛乳	468	家庭保育協力日
		切干大根の煮物	切干大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ ひじき こんにゃく グリンピース	お菓子	☆ ☆ ☆	17.3	
11	土	かまぼこと小松菜のすまし汁	かまぼこ 小松菜 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ジュース	りんごジュース	376	
		ウインナーピラフ	米 ぶつ切 玉葱 人参 グリンピース	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖	19.2	
13	月	コンソメスープ	豚肉 白菜 じゃがいも コーン コンソメ ブイヨン 塩	ジュース	りんごジュース	556	
		チーズ	チーズ	おしゃれケーキ	スイスロール ホイップクリーム 黄桃缶 バイン缶	26.7	
14	火	ごはん	米	牛乳	牛乳	499	
		豚肉と野菜の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン	レーズン蒸しパン	ホットケーキmix レーズン 卵 砂糖 豆乳 油	23.8	
15	水	ほうれん草とえのきの味噌汁	ほうれん草 えのき 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	535	
		幼児組)エビカツドッグ うさぎ組)パン エビカツ	パン / 海老 玉葱 パン粉 小麦粉 卵白粉 油 / きゃべつ ケチャップ 砂糖 ウスターソース	ジュース	りんごジュース	26.7	
16	木	ブロッコリーときゃべつの和風サラダ	ブロッコリー きゃべつ ハム ツナ コーン 香りゴマドレッシング	おしゃれケーキ	スイスロール ホイップクリーム 黄桃缶 バイン缶	499	
		コンソメスープ / キャンディチーズ	じゃがいも ウインナー 玉葱 しめじ 白菜 黄パプリカ	牛乳	牛乳	499	
17	金	ごはん	米	牛乳	牛乳	499	
		厚揚げと野菜のチャンプル	厚揚げ 豚肉 玉葱 もやし 人参 ニラ しめじ かつおぶし しょう油 酒	レーズン蒸しパン	ホットケーキmix レーズン 卵 砂糖 豆乳 油	23.8	
18	土	かまぼこと小松菜のすまし汁	かまぼこ 小松菜 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	535	
		きのこウインナーのナポリタンスパゲティ	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークビッツ 玉葱 人参 ビーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン	ジュース	りんごジュース	535	
19	日	さつまいもサラダ	さつまいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ	牛乳	牛乳	586	
		ブルー	ブルー	白い風船	☆ ☆ ☆	28.4	
20	月	ごはん	米	ジュース	りんごジュース	513	家庭保育協力日
		鮭の秋色焼き	鮭 塩 しめじ 人参 コーン マヨドレ しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	11.3	
21	火	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき	ジュース	りんごジュース	513	
		牛肉コロケ	かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉	お菓子	☆ ☆ ☆	11.3	
22	水	ゼリー	ゼリー	牛乳	牛乳	513	
		厚揚げと野菜のチャンプル	厚揚げ 豚肉 玉葱 もやし 人参 ニラ しめじ かつおぶし しょう油 酒	おはぎ風きな粉おむすび	米 もち米 きな粉 砂糖	27.3	
23	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	535	
		豚肉と野菜の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン	おはぎ風きな粉おむすび	米 もち米 きな粉 砂糖	27.3	
24	金	夕焼けライス	米 人参 かつおだし	牛乳	牛乳	412	
		切干大根の煮物	切干大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ ひじき こんにゃく グリンピース	しょう油煎餅	☆ ☆ ☆	17.2	
25	土	かまぼこと小松菜のすまし汁	かまぼこ 小松菜 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ジュース	りんごジュース	468	家庭保育協力日 ☆親子アネックスお楽しみ会☆
		ウインナーピラフ	米 ぶつ切 玉葱 人参 グリンピース	お菓子	☆ ☆ ☆	17.6	
27	月	コンソメスープ	豚肉 白菜 じゃがいも コーン コンソメ ブイヨン 塩	牛乳	牛乳	530	
		チーズ	チーズ	たべっ子どうぶつ	☆ ☆ ☆	25.9	
28	火	ごはん	米	ソフトサラダ	☆ ☆ ☆	465	☆たまご組クッキング☆お部屋で型抜きサンドを作って食べます♪
		竹輪の磯辺揚げ	竹輪 青のり 小麦粉 油	うさぎ組)牛乳	牛乳	465	
29	水	ブロッコリーのピクルス	ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油	きな粉せんべい	☆ ☆ ☆	21.6	☆ひまわり・つくし組お弁当の日
		人参としめじの味噌汁	人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	おにぎりせんべい	☆ ☆ ☆	13.5	
30	木	きのこカレーライス	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖	376	サンプルはたんぼぼ組(3歳児)の分量です。うさぎ組はそれより少なめ、つくし・ひまわり組はそれより多めです。質問などは担任にお聞きください。
		フレンチサラダ	りんご バナナ はちみつ カレールウ コンソメ ブイヨン スキムミルク	エンター	☆ ☆ ☆	19.2	
31	金	幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	牛乳 野菜ジュース	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖	376	
		野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき	エンター	☆ ☆ ☆	19.2	