

2023年09月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	金	キャベツときのこの和風パスタ きゅうりとだいこんのピクルス ワンタンスープ 梨	スティックパン 牛乳	食パン、スパゲティ、 ワンタンの皮、オリーブ 油、砂糖、無塩バ ター、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、鶏 ひき肉	キャベツ、たまねぎ、しい たけ、ねぎ、にんじん、だ いこん、きゅうり、しめじ、 赤ピーマン	ゼリー	17	日						
2	土	たまごサンド バナナ 牛乳						18	月						
3	日							19	火	ブルコギ丼 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 巨峰	アイス	米、じゃがいも、ごま 油、砂糖	豚肉(肩ロース)、米み そ(淡色辛みそ)	ほうれんそう、ぶどう、た まねぎ、にんじん、赤ピー マン、しめじ、もやし、に ら、コーン缶、ごま	FeCaウエハース
4	月	御飯 オレンジ 鶏肉のトマト煮 キャベツの胡麻マヨネーズあえ ほうれん草みそ汁	せんべい ジュース	米、じゃがいも、マヨ ネーズ、油	鶏もも肉、ちくわ、米 みそ(淡色辛みそ)、 油揚げ、ゆで大豆	りんご天然果汁、カット マト缶詰、たまねぎ、キャ ベツ、にんじん、ほうれん そう(冷凍)、ごま、にんに く	牛乳	20	水	ロールパン プチダン ペンネのトマト煮 ポテトサラダ コーンクリームスープ	★おたのしみ 牛乳	ロールパン、じゃがい も、ペンネ、小麦粉、 マヨネーズ、砂糖、パ ター、油、片栗粉	牛乳、ヨーグルト(加 糖)、豆乳、豚ひき肉、 ハム、粉チーズ、脱脂 粉乳	たまねぎ、クリームコー ン缶、きゅうり、コーン 缶、カットマト缶詰、にん じん、にんにく	せんべい
5	火	麻婆春雨丼 きゅうりの昆布あえ わかめスープ	★メロンパン 牛乳	さつまいも、米、はるさ め、砂糖、無塩バ ター、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、卵、 卵(黄)、米みそ(甘み そ)	きゅうり、なす、にんじん、 コーン缶、ねぎ、ピーマ ン、塩こんぶ、にんにく、 しょうが、カットわかめ	FeCaウエハース	21	木	かじきのチリソース 御飯 キャベツとわかめの酢の物 豆腐と青菜の中華とろみ煮 梨	★焼うどん 牛乳	七分つき米、じゃがい も、押麦、マヨネー ズ、砂糖	豚肉(ばら)、ハム	りんご天然果汁、なし、た まねぎ、キャベツ、にんじ ん、マッシュルーム、コー ン(冷凍)	ヨーグルト
6	水	ロールパン ほうれん草シチュー ピーマンとウインナーのソテー バナナ	★わかめおにぎり 牛乳	じゃがいも、ロールパ ン、七分つき米、油	牛乳、鶏もも肉、ウイ ンナーソーセージ	バナナ、たまねぎ、にんじ ん、ほうれんそう(冷凍)、 ピーマン、赤ピーマン、 黄ピーマン、ごま、カット わかめ	ヨーグルト	22	金	御飯 グレープフルーツ 油淋鶏 ほうれん草の納豆和え ミネストローネ	★スイートポテト 牛乳	米、じゃがいも、マカ ロニ・スパゲティ、片栗 粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、挽きわり納豆、豚 ひき肉、かつお節	グレープフルーツ、ほうれ んそう、たまねぎ、にんじ ん、キャベツ、カットマト 缶詰、ねぎ、セロリ、にん にく	野菜ジュース
7	木	きのこカレー ツナサラダ 麦茶 鉄チーズ	アイス	七分つき米、じゃがい も、マヨネーズ、押麦	鶏もも肉(皮付き)、ツ ナ油漬缶、かまぼこ	たまねぎ、レタス、にんじ ん、きゅうり、しめじ、まい たけ	せんべい	23	土						
8	金	御飯 梨 さけの塩焼き パスタサラダ 五目みそ汁	★冷やしラーメン	米、生中華めん、さと いも、マヨネーズ、マ カロニ・スパゲティ	さけ、木綿豆腐、焼き 豚、ハム、米みそ(淡 色辛みそ)、油揚げ	なし、だいこん、きゅうり、 キャベツ、もやし、ねぎ、 コーン缶、にんじん、カッ トわかめ	野菜ジュース	24	日						
9	土	とんかつサンド バナナ 牛乳						25	月	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 春雨サラダ チンゲンサイみそ汁	★お麩ラスク 牛乳	米、砂糖、マーガリ ン、焼ふ、はるさめ、 ごま油	牛乳、生揚げ、豚肉 (ばら)、米みそ(淡色 辛みそ)、ハム	たまねぎ、キャベツ、きゅ うり、チンゲンサイ、にん じん、ピーマン、たけのこ (ゆで)、コーン缶、しょう が、カットわかめ、にんに く	牛乳
10	日							26	火	豚丼 きゅうりの梅和え キャベツみそ汁 オレンジ	アイス	七分つき米、片栗粉	豚肉(肩ロース)、油揚 げ、米みそ(淡色辛み そ)	きゅうり、たまねぎ、キャ ベツ、ごまつな、にんじん、 ねぎ、えのきたけ、うめ干 し、カットわかめ、にんに く、しょうが	チーズ
11	月	すき焼き丼 ひじきとキャベツのサラダ もやしみそ汁	せんべい ジュース	米、ゆでうどん、マヨ ネーズ、ごま油、砂 糖、油	牛乳、焼き豆腐、豚肉 (肩ロース)、豚肉(ば ら)、ベーコン、米みそ (淡色辛みそ)、油揚 げ	たまねぎ、キャベツ、もや し、ねぎ、コーン缶、ほう れんそう、えのきたけ、に んじん、ひじき、カットわ かめ、あおのり	飲むヨーグルト	27	水	ちゃんぽんラーメン 揚げ餃子 巨峰	★お月見茶巾 牛乳	中華めん 冷凍、さつ まいも、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロー ス)、さつま揚げ	ぶどう、キャベツ、たまね ぎ、もやし、にんじん	ビスケット
12	火	きのこ御飯 梨 ちくわ磯辺揚げ ほうれん草のごま和え なめこみそ汁	★クッキー 牛乳	七分つき米、油、小麦 粉、砂糖	ちくわ、木綿豆腐、鶏 もも肉(皮付き)、油揚 げ、米みそ(淡色辛み そ)、米みそ(甘みそ)	ほうれんそう、にんじん、 ねぎ、なめこ、しめじ、し いたけ、えのきたけ、すり ごま、あおのり	チーズ	28	木	御飯 パナナ さけのみそマヨ焼き 切干大根の旨煮 豚汁	せんべい ジュース	米、マヨネーズ、砂糖	さけ、木綿豆腐、豚肉 (ばら)、米みそ(淡色 辛みそ)、油揚げ	りんご天然果汁、パナ ナ、キャベツ、にんじん、 たまねぎ、ねぎ、切り干し だいこん	クラッカー
13	水	ハヤシライス コールスロー 麦茶 ゼリー	アイス	米、さつまいも、マヨ ネーズ、油、片栗粉、 砂糖	鶏もも肉、生揚げ、ち くわ、米みそ(淡色辛 みそ)、淡色みそ	りんご天然果汁、ごまつ な、キャベツ、コーン缶、 にんじん、えのきたけ、す りごま、しょうが、にんに く	ビスケット	29	金	ドライカレーライス りんご かぼちゃサラダ 麦茶 鉄チーズ	★ごままんじゅう 牛乳	七分つき米、ホット ケーキ粉、マヨネー ズ、油	牛乳、豚ひき肉、こし あん(生)、ハム	たまねぎ、りんご、かぼ ちゃ、にんじん、きゅうり、 ピーマン、コーン缶、キャ ベツ、干しぶどう、さやえ んどう、すりごま、にんに く	ゼリー
14	木	御飯 オレンジ 鶏のから揚げ さつまいもの甘煮 小松菜コーンのゴママヨ	★フルーツヨーグルト	米、小麦粉、砂糖、片 栗粉、ごま油	かじき、木綿豆腐、 ヨーグルト(無糖)	オレンジ、キャベツ、もも 缶(白桃)、みかん缶、ほ うれんそう、バナナ、パイ ン缶、にんじん、いちご ジャム、ごま、しょうが、	クラッカー	30	土	ツナサンド バナナ 牛乳					
15	金	あんかけ焼きそば 粉ふき芋 中華スープ バナナ	★昆布おにぎり 牛乳	中華めん 冷凍、じゃ がいも、片栗粉、ごま 油	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、たまねぎ、キャ ベツ、にんじん、だいこ ん、チンゲンサイ、たけの こ(ゆで)、黒きくらげ、 しょうが、カットわかめ、に	ゼリー								
16	土	コロッケサンド バナナ 牛乳						1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー	480 kcal				
										たんぱく質	18.1 g				
										脂質	15.7 g				
										塩分	1.8 g				

○献立は仕入れの都合により変更することがあります。

○★印は手作りおやつです。

○土曜のおやつは人数が確定してから決めます。