



9月 献立表



令和6年

境川幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
2月	二色そぼろ丼 味噌汁 きゅうりとキャベツのゆかり和え グレープフルーツ	ぶどうゼリー ウエハース	鶏肉 味噌	米 砂糖 油 ウエハース	しょうが ほうれん草 焼きのり 干しいたけ 玉ねぎ 人参 わかめ 昆布 きゅうり キャベツ ゆかり グレープフルーツ ぶどうジュース アガー	水 こいくちしょうゆ 塩
3火	玄米入りごま塩ご飯 味噌汁 ぎせい豆腐 大根の梅和え オレンジ	シュークリーム 牛乳	味噌 木綿豆腐 鶏卵 鶏肉 クリーム 牛乳	米 玄米 ごま じゃが芋 小切麩 砂糖 シュー生地	干しいたけ なす 昆布 人参 万能ねぎ 大根 きゅうり ねりうめ オレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ みりん
4水	ご飯 コンソメスープ ハンバーグハヤシソース 白菜のサラダ パナナ	ジャムサンドクラッカー 牛乳	豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 パン粉 油 砂糖 いちごジャム クラッカー	チンゲン菜 しめじ パセリ 玉ねぎ 白菜 コーン パプリカ パナナ	水 チキンスープの素 塩 ハヤシベース 穀物酢
5木	【白露】夕焼けご飯 すまし汁 さばの塩焼き 茄子の味噌炒め 梨	卵を使わないマーメイド ドマドレーヌ 牛乳	高野豆腐 さば 味噌 牛乳	米 油 砂糖 無塩バター 薄力粉 マーメイド	人参 干しいたけ しょうが 長ねぎ 小松菜 昆布 なす 玉ねぎ グリーンピース 梨	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 ベーキングパウダー
6金	ご飯 チキンカレー フレンチサラダ ゼリー(グレープフルーツ味)	スイートポテト 牛乳	鶏肉 牛乳 スキムミルク	米 じゃが芋 油 砂糖 グレープフルーツゼリーの素 さつま芋 無塩バター	玉ねぎ 人参 大根 きゅうり コーン	水 カレールウ 穀物酢 塩
9月	ご飯 味噌汁 赤魚のみりん焼き なめたけ和え バイナップル	パウンドケーキ 牛乳	油揚げ 味噌 赤魚 鶏卵 牛乳	米 さつま芋 砂糖 薄力粉 無塩バター	干しいたけ わかめ 昆布 しょうが 白菜 人参 小松菜 なめ茸 バイナップル	水 こいくちしょうゆ みりん ベーキングパウダー
10火	ふりかけご飯 味噌汁 ひじきとねぎの玉子焼き ポテトの和風バター和え グレープフルーツ	レーズン蒸しパン 牛乳	ふりかけかつお 味噌 鶏卵 干しいたけ 牛乳	米 小切麩 ごま油 砂糖 じゃが芋 無塩バター 薄力粉 油	干しいたけ なす チンゲン菜 昆布 ひじき 長ねぎ 人参 コーン グレープフルーツ レーズン	水 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
11水	ご飯 きのこスープ 鶏肉のケチャップ炒め 人参ドレッシングサラダ チーズ	シュガーパイ 牛乳	鶏肉 チーズ 牛乳	米 油 砂糖 バイシート グラニュー糖	玉ねぎ えのき茸 しめじ パセリ 人参 グリンピース キャベツ ほうれん草	水 チキンスープの素 塩 料理酒 トマトケチャップ 人参ドレッシング
12木	鶏丼 味噌汁 スパゲティサラダ パナナ	キャロット蒸しパン 牛乳	鶏肉 高野豆腐 味噌 牛乳	米 油 スパゲティ 砂糖 薄力粉	玉ねぎ 人参 干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 きゅうり パナナ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 穀物酢 塩 ベーキングパウダー
13金	ハヤシライス キャベツサラダ ぶどうゼリー	かぼちゃ茶巾 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	玉ねぎ 人参 ダイストマト しめじ キャベツ きゅうり ぶどうジュース アガー 南瓜	水 ハヤシベース 塩
17火	豚丼 味噌汁 白菜のごま和え グレープフルーツ	マシュマロおこし 牛乳	豚肉 油揚げ 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま コーンフレーク マシュマロ	玉ねぎ グリンピース 干しいたけ 南瓜 ほうれん草 昆布 白菜 人参 きゅうり グレープフルーツ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ
18水	ご飯 味噌汁 えびと野菜の玉子焼き 納豆和え パナナ	ジャムヨーグルト クラッカー	味噌 鶏卵 えび 納豆 ヨーグルト スキムミルク	米 じゃが芋 砂糖 クラッカー	干しいたけ えのき茸 ほうれん草 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ 小松菜 パナナ りんごソース	水 こいくちしょうゆ 塩
19木	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 切干大根のマヨサラダ オレンジ	ゼリー(グレープフルーツ 味) ウエハース	厚揚げ 味噌 豚肉	米 油 ノンエッグマヨネーズ グレープフルーツゼリーの素 ウエハース	干しいたけ 白菜 チンゲン菜 昆布 玉ねぎ しょうが 切干大根 人参 きゅうり オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩
20金	【秋分】秋の炊き込みご飯 味噌汁 鮭の香り焼き 小松菜のお浸し バイナップル	二色おはぎ	油揚げ 高野豆腐 味噌 鮭 かつお節 きな粉 つぶあん	米 里芋 ごま油 もち米 砂糖	まいたけ 人参 さやいんげん 干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 しょうが にんにく 小松菜 白菜 バイナップル	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩
24火	麦ご飯 すまし汁 あじの味噌焼き ひじきとさつま揚げの煮物 オレンジ	ごまちんすこう 牛乳	あじ 味噌 さつま揚げ 牛乳	米 押し麦 小切麩 砂糖 油 薄力粉 ごま	干しいたけ ほうれん草 長ねぎ 昆布 ひじき 人参 さらたき オレンジ	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 万能つゆ ベーキングパウダー
25水	野菜パン 白菜のスープ タンドリーチキン マカロニサラダ ジョア	わかめおにぎり 小魚	鶏肉 ヨーグルト ジョア 煮干し	野菜パン マカロニ ノンエッグマヨネーズ 米	白菜 人参 コーン きゅうり わかめご飯の素	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ カレー粉
26木	焼きそば 中華スープ わかめサラダ パナナ	五平餅	豚肉 味噌	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油 米 ごま	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり えのき茸 小松菜 わかめ 大根 パプリカ パナナ	中濃ソース 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 穀物酢 みりん
27金	ご飯 ドライカレー お羊のサラダ バイナップル	フルーツパン 牛乳	豚肉 クリーム 牛乳	米 油 じゃが芋 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ フルーツパン	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり バイナップル	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレールウ 塩
30月	中華丼 中華スープ ピーマン中華サラダ オレンジ	コーン蒸しパン 牛乳	豚肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ピーマン 油 ごま 薄力粉	白菜 玉ねぎ 人参 大根 わかめ 干しいたけ きゅうり オレンジ コーン	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 万能つゆ ベーキングパウダー

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児 目標量	566	19.8	15.7	270	1.6
平均量	564	20.2	16.2	255	1.5

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。