



# 9月の献立



## R4年度

## 新町かぜいろ こども園

献立名	未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネルギー	蛋白質	食塩
				(kcal)	(g)	(g)
				上段...	以上児/下段...	未満児
1 木 ごはん	タラのムニエル お吸い物 ひじきの五目煮 オレンジ	お茶 チーズ	牛乳 マドレーヌ	503	19.5	1.5
				447	19.3	1.4
2 金 ごはん	鶏肉のきのこクリームソース コンソメスープ もやしの和え物 バナナ	お茶 おせんべい	牛乳 フレンチトースト	617	23.7	2.2
				536	19.8	1.9
3 土 ごはん	鮭の青のり焼き 味噌汁 キャベツのサラダ チーズ	お茶 かみかみ昆布	りんごジュース かつぱえびせん	493	18.3	2.2
				421	16.4	1.7
4 日	*お弁当対応となります(園で用意します)*					
5 月 ごはん	ポークビーンズ コールスロー バナナ	牛乳 クラッカー	豆乳 フライドポテト	529	16.9	1.3
				534	17.8	1.3
6 火 うどん	サラダうどん 焼売 小松菜の和え物 ゼリー	お茶 チーズ	牛乳 桜エビと卵のおにぎり	569	23.4	2.8
				494	21.0	2.5
7 水 カレー ピラフ	ミートローフ 野菜スープ もやしの和え物 グレープフルーツ	お茶 おせんべい	牛乳 マロンケーキ	554	20.6	2.6
				479	17.3	2.2
8 木 ごはん	カジキのトマトソース わかめスープ 鉄骨サラダ キウイフルーツ	牛乳 バナナチップ	豆乳 じゃがバター	501	20.3	2.5
				476	21.2	2.1
9 金 ごはん	豚肉のスタミナ炒め 切干大根の中華和え チーズ	お茶 小魚	牛乳 メロンパン風トースト	539	20.7	2.3
				453	21.0	2.4
10 土 ごはん	豚肉の生姜焼き コンソメスープ 小松菜のお浸し ゼリー	お茶 クラッカー	牛乳 味しらべ・ばかうけ	651	19.6	2.4
				565	16.6	2.1
11 日	*お弁当対応となります(園で用意します)*					
12 月 ごはん	肉じゃが ツナサラダ バナナ	お茶 小魚	牛乳 ブルーベリークリームサンド	590	20.5	0.9
				503	16.9	0.7
13 火 ごはん	カレイのパン粉焼き お吸い物 ほうれん草のおかか和え ヨーグルト	お茶 かみかみ昆布	牛乳 抹茶スコーン	537	22.9	2.1
				448	19.6	1.7
14 水 ごはん	八宝菜 春雨サラダ キウイフルーツ	牛乳 バナナチップ	豆乳 りんごマフィン	511	16.5	1.4
				479	16.8	1.2
15 木 ごはん	アジの蒲焼き きのこ汁 パナナ クラッカー	お茶	牛乳 ガーリックトースト	556	21.8	1.8
				506	20.0	1.6
16 金 ごはん	ポークカレー 磯香和え ゼリー	牛乳 おせんべい	豆乳 星たべよ・ビスコ	712	21.9	3.1
				665	21.6	2.7
17 土 ごはん	照り焼きチキン 野菜スープ 小松菜のごま和え グレープフルーツ	お茶 チーズ	まめびよ 堅あげポテト	528	21.7	2.0
				476	20.2	1.8
18 日	*お弁当対応となります(園で用意します)*					
19 月	*お弁当対応となります(園で用意します)*					
20 火 パスタ	ミートソースパゲティ ほうれん草のナムル オレンジ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 わかめと卵のおにぎり	520	19.9	2.5
				421	15.7	1.9
21 水 菜飯	鮭のポテト焼き お吸い物 キャベツの塩昆布和え グレープフルーツ	牛乳 バナナチップ	豆乳 ココアムース	478	20.8	1.1
				462	22.0	1.0
22 木 ごはん	鶏肉のねぎ塩焼き かき玉汁 れんこんサラダ オレンジ	お茶 チーズ	牛乳 ふかし芋	548	20.0	1.9
				477	18.2	1.8
23 金	*お弁当対応となります(園で用意します)*					
24 土 ごはん	すき焼き風煮 中華風スープ ほうれん草のお浸し ゼリー	お茶 小魚	牛乳 ソフトせんべい	413	17.3	2.2
				358	18.5	2.3
25 日	*お弁当対応となります(園で用意します)*					
26 月 ごはん	炒り豆腐 さつま芋のサラダ ヨーグルト	お茶 かみかみ昆布	牛乳 たご焼き	565	24.3	1.2
				500	21.1	1.0
27 火 ふりかけ ごはん	鱈の西京焼き けんちん汁 きんぴら グレープフルーツ	お茶 チーズ	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	568	23.6	1.7
				507	22.8	1.6
28 水 うどん	きのこうどん 千草和え キウイフルーツ	お茶 おせんべい	牛乳 チーズおかかおにぎり	539	22.5	2.3
				461	18.7	2.0
29 木 ごはん	キーマカレー ひじき中華和え 梨	お茶 バナナチップ	カルピス マヨコーントースト	583	18.0	2.8
				460	14.0	2.1
30 金 ごはん	ソースかつ丼 じゃこサラダ オニオンスープ チーズ	お茶 クラッカー	豆乳 芋もち	532	25.8	2.3
				441	18.1	1.9
平均				547	20.9	2.0
				482	18.9	1.8

\* 献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください \*  
 \* 10時おやつが小魚・かみかみ昆布の日はかりんとうも提供しています \*  
 \* 16日はきみどり組のみポテコに変更です \*