

9月 給食だより



菫根本幼稚園 R4.9.1

(月)	(火)	(水)	1 (木)	2 (金)
☆天候や都合によって、献立やおやつを急に変更することがあります。ご了承ください。			始業式	麦ごはん 牛乳 夏野菜のカレーシチュー 枝豆
食塩相当量 g	g	g	g	1.7 g
おやつ				揚一番 ヤクルト
5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)
ビビンバ 牛乳 中華スープ ミニゼリー	散らし寿司 牛乳 焼麩汁 パイ	梅ごはん 牛乳 田舎汁 鰯の竜田揚げ	バターコッペ 牛乳 サーモンフライ ビーンズサラダ コンソメスープ	枝豆ごはん 牛乳 にゅうめん お月見ゼリー
白米 麦 酒 ゴマ油 豚肉 醤油 砂糖 大蒜 生姜 もやし いんげん 人参 ぜんまい ゴマ 筍 豆腐 あげ コーン わかめ 蒲鉾 鶏がらスープ	白米 昆布 酢 砂糖 醤油 卵 人参 牛蒡 蓮根 きぬさや 椎茸 三つ葉 豆腐 玉葱 あげ 玉麩 醤油 かつお 白だし	白米 麦 梅 人参 大根 モロヘイヤ 豆腐 あげ 薩摩芋 しめじ 蒟蒻 味噌 かつお 鰯の竜田揚げ 油	キャベツ ミックスビーンズ 人参 きゅうり マヨネーズ 玉葱 パセリ まいたけ コンソメ	白米 麦 枝豆 豆腐 あげ 鶏肉 おくら そうめん 人参 椎茸 醤油 白だし
1.0 g	1.5 g	1.3 g	1.5 g	1.1 g
チューペット	ゼリー	チューペット	ゼリー	チューペット
12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)
麦ごはん 牛乳 (海苔佃煮) きのこ汁 しゅうまい	パエリア 牛乳 コンソメスープ ミニゼリー	ひじき入り 牛乳 五目ご飯 切干大根の味噌汁 梨	カレーうどん 牛乳 竹輪の磯辺揚げ	鶏牛蒡飯 牛乳 豆腐汁 プルーン
白米 麦 舞茸 えのき しめじ なめこ 豆腐 あげ 人参 わかめ 味噌 かつお	白米 ターメリック オリーブオイル 大蒜 あさり イカ ワイン 玉葱 鶏肉 パプリカ マッシュルーム コンソメ キャベツ 人参 トマト コーン ブッキーニ ウインナー	白米 人参 ひじき 鰯醤油漬 フレーク ピース 椎茸 あげ 竹輪 牛蒡 醤油 砂糖 みりん 白だし 大根 茄子 厚揚げ モロヘイヤ えのき 味噌 かつお	うどん 鶏肉 人参 玉葱 葱 蒲鉾 あげ 麩 かつお カレー ルウ 醤油 椎茸 竹輪 天ぷら 粉 青海苔 油	白米 麦 鶏肉 牛蒡 人参 いんげん 醤油 砂糖 酒 みりん 豆腐 玉葱 えのき あげ わかめ 椎茸 かつお
1.5 g	2.2 g	1.9 g	1.6 g	1.1 g
チューペット	ラムネ	チューペット	—	チューペット
19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)
敬老の日	バターコッペ 牛乳 酢豚 青梗菜とベーコン のスープ	麦ごはん 牛乳 麻婆茄子 ワンタンスープ	鮭としめじの 牛乳 おこわ けんちん汁 バナナ	秋分の日
	豚肉 生姜 酒 醤油 人参 玉葱 ピーマン 筍 醤油 砂糖 酢 片栗粉 ゴマ油 青梗菜 ベーコン 玉葱 人参 えのき 鶏がらスープ 酒	白米 麦 茄子 豚肉 椎茸 筍 葱 人参 ニラ 大蒜 生姜 中華スープ 砂糖 味噌 片栗粉 ゴマ油 ワンタン 豚肉 玉葱 青梗菜	白米 麦 鮭 枝豆 しめじ 白だし 醤油 砂糖 豆腐 あげ 鶏肉 葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸 醤油 かつお 白だし	
g	1.5 g	1.6 g	1.8 g	g
	味しらべ	チューペット	星たべよ	
26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)
ゆかりご飯 牛乳 味噌おでん うずらのたまご	まいたけご飯 牛乳 白味噌汁 ミニゼリー	わかめご飯 牛乳 あんかけ豆腐 パイ	麦ごはん 牛乳 納豆 豚汁	ウインナーのピラフ 牛乳 卵スープ りんご
白米 麦 ゆかり 大根 人参 蒟蒻 半平 竹輪 がんも 味噌 砂糖 みりん かつお	白米 麦 マイタケ 鶏肉 あげ 人参 蒟蒻 醤油 砂糖 みりん 酒 茄子 えのき 豆腐 小松菜 味噌 かつお	白米 麦 わかめ 豆腐 豚肉 玉葱 人参 生姜 小松菜 いか 醤油 砂糖 片栗粉	白米 麦 人参 大根 牛蒡 豚肉 豆腐 葱 あげ 味噌 かつお	白米 麦 ウインナー 玉葱 コーン 人参 ピース バター コンソメ 筍 椎茸 人参 キャベツ コーン 卵 鶏がらスープ 醤油 酒 片栗粉
1.7 g	1.4 g	1.4 g	0.8 g	2.1 g
果汁アイス	ホームパイ	きなこもち	クッキー	あられ ヤクルト

月平均の栄養価 エネルギー 518 kcal たんぱく質 19.3 g