

# 9月 給食だより



葦根本幼稚園 R5.9.1

(月)	(火)	(水)	(木)	1 (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
エネルギー 食塩相当量				g
おやつ				
4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)
夏野菜カレー 牛乳 フルーツポンチ	梅ごはん 牛乳 田舎汁 鰯の竜田揚げ	麦ごはん 牛乳 麻婆茄子 わかめスープ パイン	冷やしうどん 牛乳 豚カツ	バター食パン 牛乳 白身魚フライ ボイルキャベツ ポトフ
白米 麦 人参 玉葱 豚肉 茄子 ベーコン 南瓜 トマト ピーマン ソース カレー ルウ 大蒜 生姜 ワイン 枝豆 桃 みかん パイン バナナ ブルーベリー	白米 麦 梅 人参 大根 小松菜 豆腐 あげ 薩摩芋 しめじ みそ かつお 鰯の 竜田揚げ 油	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 醬 油 味噌 片栗粉 ゴマ油 豆腐 蒲鉾 あげ わかめ えのき 鶏がらスープ 酒 パイン	うどん ささみ きゅうり レタス 人参 コーン めんつゆ 豚肉 天ぷら粉 パン粉 油 ケチャップ ソース 砂糖 ワイン	白身魚フライ 油 キャベツ マヨネーズ じゃがいも ウ インナー 人参 玉葱 ベー コン コンソメ 鶏がらスー プ パセリ ブロッコリー
540 kcal 1.1 g	513 kcal 0.9 g	500 kcal 2.6 g	482 kcal 1.5 g	502 kcal 1.4 g
揚一番 ヤクルト	チューペット	果汁アイス	—	チューペット
11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
まいたけご飯 牛乳 なめこ汁 梨	枝豆ごはん 牛乳 にゅうめん きのこの和風ハンバーグ	ゆかりご飯 牛乳 きのこ汁 豚肉と根菜の甘辛揚げ	ウインナーとコソンの カレーピラフ 卵スープ ミニフィッシュ	チーズロール 牛乳 サーモンフライ ビーンズサラダ コンソメスープ
白米 麦 舞茸 鶏肉 あげ 人参 蒟蒻 醤油 砂糖 み りん 酒 豆腐 なめこ み つば えのき 味噌 かつお 梨	白米 むぎ 枝豆 豆腐 あ げ 鶏肉 ねぎ そうめん 人参 椎茸 醤油 白だし かつお ハンバーグ えのき 椎茸 醤油 みりん 砂糖 片栗粉	白米 麦 ゆかり 舞茸 え のき しめじ 椎茸 豆腐 あげ 人参 蒟蒻 小松菜 豚肉 生姜 酒 片栗粉 牛 蒡 油 砂糖 醤油 ゴマ	白米 麦 ウインナー 玉葱 コーン 人参 ピース バター カレールウ 醤油 ターメリ ック 葱 かに蒲鉾 卵 豆 腐 椎茸 鶏がらスープ 酒 あげ ミニフィッシュ 砂糖 油	サーモンフライ 油 キャベ ツ ハム ミックスビーンズ 人参 きゅうり マヨネーズ ブロッコリー 玉葱 パセリ 舞茸 コンソメ
437 kcal 1.2 g	555 kcal 1.6 g	558 kcal 1.4 g	511 kcal 0.9 g	509 kcal 1.3 g
果汁アイス	チューペット	ミニゼリー	チューペット	ミニゼリー
18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
敬老の日	鶏牛蒡飯 牛乳 切干大根の味噌汁 プルーン	麦ごはん 牛乳 海苔佃煮 けんちん汁 しゅうまい	カレーうどん 牛乳 チキンカツ	シーチキンご飯 牛乳 味噌おでん うずらのたまご りんご
	白米 麦 鶏肉 牛蒡 人参 いんげん 蒟蒻 醤油 砂糖 みりん 切干大根 茄子 厚 揚げ 小松菜 えのき 味噌 かつお プルーン	白米 麦 豆腐 あげ 鶏肉 葱 人参 大根 蒟蒻 舞茸 醤油 白だし かつお しゅ うまい	うどん 鶏肉 人参 玉葱 葱 蒲鉾 あげ 麩 椎茸 小松菜 カレールウ 醤油 かつお 天ぷら粉 パン粉 油	白米 麦 シーチキン 大根 人参 蒟蒻 半平 竹輪 が んも 味噌 砂糖 みりん かつお うずらの卵 りんご
	469 kcal 1.0 g	545 kcal 1.4 g	436 kcal 1.7 g	494 kcal 2.0 g
	果汁アイス	チューペット	—	ミニゼリー
25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
他人井 牛乳 焼酎汁 バナナ	麦ごはん 牛乳 納豆 豚汁 パイン	レズソパン 牛乳 薩摩芋のシチュー 和風サラダ	鮭としめじのおこわ牛乳 けんちん汁 りんご	ビビンバ 牛乳 中華スープ ヤクルト
白米 麦 豚肉 人参 玉葱 卵 ピース 砂糖 醤油 み りん 椎茸 豆腐 麩 あげ えのき 三つ葉 白だし か つお バナナ	白米 麦 人参 大根 牛蒡 豚肉 豆腐 あげ 葱 蒟蒻 味噌 かつお 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 砂糖 塩 油	薩摩芋 人参 玉葱 しめじ 法蓮草 鶏肉 クリームシチ ュールウ コーン ブロッコリー ハム キャベツ 人参 枝豆 和風ドレッシング	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 醤油 白だし かつお りん ご	白米 麦 酒 ゴマ油 豚肉 醤油 砂糖 大蒜 生姜 大 豆もやし いんげん 人参 ぜんまい ゴマ えのき わ かめ 豆腐 かまぼこ コソ メ 鶏がらスープ
542 kcal 1.6 g	588 kcal 1.6 g	507 kcal 1.5 g	520 kcal 0.8 g	502 kcal 1.1 g
果汁アイス	サーターアンダギー	おかきもち	菊サブレ	うさぎちゃんゼリー

月平均の栄養価 エネルギー 511 kcal たんぱく質 21.0 g Ca 289mg 食塩相当量 1.4 g