



9月 給食献立表

2018年 幼児食

日	曜	午前おやつ	昼食	3時	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー・たんぱく質	
									以上児	未満児
1	土	ウエハース牛乳	米飯 肉じゃがが 磯和え 味噌汁 オレンジ	チーズおかか おにぎり 牛乳	豚小間・みそ 高野豆腐 粉チーズ かつお削り節 普通牛乳	米・じゃがいも 上白糖	たまねぎ・にんじん グリーンピース・刻み海苔 キャベツ・こまつな オレンジ	しらたき こいくちしょうゆ みりん風調味料・酒 だし	543kcal 19.3g	513kcal 18.4g
3	月	クリームサンド ビスケット 牛乳	米飯 魚のみそ煮 切干大根炒め すまし汁 オレンジ	のり塩ポテト風 牛乳	さわら・みそ 普通牛乳	米・上白糖・調合油 小町麩・じゃがいも 無塩バター	しょうが・切干しいごん にんじん・ほうれん草 カットわかめ・えのきたけ オレンジ・青のり	だし・酒・水 中華あじ・食塩 こいくちしょうゆ	426kcal 18.4g	419kcal 17.8g
4	火	ウエハース 牛乳	米飯 ポークチャップ 野菜と炒り卵のサラダ 味噌汁 梨	マーブルスコーン 牛乳	豚小間・鶏卵・みそ 油揚げ・普通牛乳 普通牛乳	米・調合油 マヨドレ・ごま油 ホットケーキミックス	たまねぎ・ぶなしめじ こまつな・にんじん キャベツ・梨	食塩・ケチャップ 中濃ソース コンソメ・パセリ粉 穀物酢 こいくちしょうゆ だし・ミロ	519kcal 20.2g	501kcal 19.2g
5 19	水 水	せんべい 牛乳	食パン チキンカツ フレンチドレッシングサ ラダ 野菜スープ ヨーグルト	和風チャーハン 牛乳	鶏むね・ツナ缶 ヨーグルト 脱脂粉乳 かつお削り節・鶏卵 普通牛乳	食パン ブルーベリージャム 薄力粉・パン粉 調合油・上白糖・米 ごま油・ごま	キャベツ・きゅうり にんじん・レモン果汁 たまねぎ・さやいんげん もも缶・こまつな	食塩・水 中濃ソース・穀物酢 コンソメ こいくちしょうゆ	555kcal 25.1g	505kcal 23.0g
6 20	木 木	クリームサンド ビスケット 牛乳	麻婆豆腐丼 五目春雨サラダ 中華スープ グレープフルーツ	かぼちゃ焼きプリン 牛乳	豚ひき肉・きな粉 木綿豆腐・ささ身 普通牛乳・鶏卵	米・押麦・ごま油 上白糖・片栗粉 普通春雨・ごま	にんじん・たまねぎ・ら きくらげ・大根 カットわかめ・長ネギ グレープフルーツ 西洋かぼちゃ	おろししょうが・水 こいくちしょうゆ 穀物酢・中華あじ 食塩	529kcal 19.9g	497kcal 18.7g
7	金	せんべい 牛乳	米飯 鶏マヨ照り焼き ひじきの炒め煮 味噌汁 バナナ	黒糖かりんとう 牛乳	鶏もも・焼き竹輪 みそ・高野豆腐 普通牛乳	米・上白糖 マヨドレ・ごま油 薄力粉・黒砂糖 ごま・調合油	トマト・ひじき・にんじん はくさい・たまねぎ バナナ	こいくちしょうゆ みりん風調味料・酒 だし ペーキングパウダ 水	521kcal 20.6g	490kcal 19.5g
8 22	土 土	ウエハース 牛乳	ハヤシライス にんじんツナごまサラダ 野菜スープ りんご	ジャムサンド 牛乳	豚小間・ツナ缶 普通牛乳	米・押麦・調合油 ごま・上白糖 食パン りんごジャム	たまねぎ・トマト缶詰 グリーンピース・にんじん コーン・りんご	水・ハヤシルウ ケチャップ こいくちしょうゆ・酒 固形コンソメ・食塩 パセリ粉	551kcal 18.4g	526kcal 17.7g
10	月	クリームサンド ビスケット 牛乳	きのこカレー お豆コロリンサラダ コンソメスープ オレンジ	ヨーグルト コーンフレーク 牛乳	豚小間・大豆水煮 ヨーグルト 脱脂粉乳 普通牛乳	米・押麦・調合油 マヨドレ・ごま 上白糖 コーンフレーク イチゴジャム	たまねぎ・にんじん カレー・ごま えだまめ・ほうれん草 オレンジ	おろししょうが カレールウ・水 ケチャップ 中濃ソース・食塩 コンソメ	587kcal 19.9g	547kcal 18.8g
11 25	火 火	ウエハース 牛乳	米飯 チキン南蛮風 パクパク漬け 味噌汁 りんご	おからクッキー ココア	鶏むね・みそ おからパウダー 普通牛乳 普通牛乳	米・片栗粉・調合油 上白糖・マヨドレ ごま油・じゃがいも 薄力粉 無塩バター・ごま	レモン果汁・たまねぎ 黄ピーマン・赤ピーマン 大根・きゅうり・りんご	食塩 こいくちしょうゆ 穀物酢・パセリ粉 だし・ミロ	633kcal 21.6g	560kcal 20.3g
12	水	せんべい 牛乳	親子丼 おかか和え 味噌汁 梨	揚げパン 牛乳	鶏もも・なると・鶏卵 かつお削り節・みそ 厚揚げ・きな粉 普通牛乳	米・押麦・上白糖 ロールパン・調合油	たまねぎ・グリーンピース こまつな・にんじん はくさい・梨	だし こいくちしょうゆ・酒	534kcal 23.3g	498kcal 21.5g
13 27	木 木	クリームサンド ビスケット 牛乳	米飯 魚の塩焼き (ごま和え) 切干大根の煮物 豚汁風 バナナ	ボンデケージョ 牛乳	さば・高野豆腐 みそ・豚小間 普通牛乳 粉チーズ 普通牛乳	米・上白糖・ごま 調合油 ホットケーキミックス 白玉粉	こまつな 切干しいごん にんじん・大根・ごぼう バナナ	食塩 こいくちしょうゆ だし みりん風調味料・水	584kcal 23.6g	547kcal 21.9g
14 28	金 金	ウエハース 牛乳	五目ラーメン 中華風チキンソテー ヨーグルト	わかめおにぎり 牛乳	鶏もも・ヨーグルト 脱脂粉乳 普通牛乳	中華めん・調合油 片栗粉・ごま油 上白糖 ブルーベリージャム 米・ごま	キャベツ・にんじん 青ピーマン・きくらげ コーン・長ネギ・トマト カットわかめ	食塩・酒・水 中華あじ こいくちしょうゆ おろししょうが みりん風調味料	577kcal 23.8g	533kcal 21.8g
15 29	土 土	せんべい 牛乳	米飯 肉豆腐 じゃがいものカレーソテー 味噌汁 グレープフルーツ	ツナサンド 牛乳	豚小間・木綿豆腐 みそ・高野豆腐 ツナ缶・普通牛乳	米・普通春雨 上白糖・ごま油 じゃがいも・食パン マヨドレ	たまねぎ・グリーンピース 青ピーマン グレープフルーツ	おろししょうが こいくちしょうゆ・酒 だし・カレー粉 食塩	568kcal 23.6g	523kcal 21.9g
18	火	ウエハース 牛乳	ケチャップライス ハンバーグ スパゲティサラダ ミニトマト コンソメスープ 季節のフルーツ	～お誕生日会～ 米粉洋なしケーキ 牛乳	豚ひき肉・豆腐 ウィンナー 普通牛乳	米・調合油・片栗粉 スパゲティ・マヨドレ 米粉・上白糖	たまねぎ・グリーンピース コーン・にんじん・きゅうり ミニトマト・プロッコリー ぶどう・レモン果汁 西洋なし缶詰	食塩・ケチャップ 中濃ソース・水 コンソメ ペーキングパウダ	647kcal 19.3g	602kcal 18.0g
21	金	せんべい 牛乳	米飯 鶏マヨ照り焼き ひじきの炒め煮 味噌汁 バナナ	～十五夜～ お芋うさぎ 牛乳	鶏もも・焼き竹輪 みそ・高野豆腐 普通牛乳 普通牛乳	米・上白糖 マヨドレ・ごま油 さつまいも 無塩バター	トマト・ひじき・にんじん はくさい・たまねぎ バナナ	こいくちしょうゆ みりん風調味料・酒 だし・ビュココア 水	496kcal 19.8g	470kcal 18.9g

※都合により献立・食材は変更になる事がございます。
※午前おやつは3歳児未満児のみの提供になります。

★今月の平均給与栄養量★ 3歳以上児										
エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量	
557 kcal	21.6 g	15.6 g	236 mg	2.0 mg	176 μg	0.35 mg	0.38 mg	20 mg	1.9 g	

★今月の平均給与栄養量★ 3歳未満児										
エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量	
518 kcal	20.2 g	16.3 g	389 mg	2.2 mg	172 μg	0.40 mg	0.54 mg	17 mg	1.8 g	

