

2019年09月

献立表

粉河保育園

日付	献立	エネルギーたんぱく質脂質/塩分(%)は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ(乳児)	3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
2月	御飯、鶏の竜田揚げ、ひじき煮、みそ汁	405(349) 6.9(7.3) 9.3(9.5) 2.3(2.0)	米、油、片栗粉、砂糖、ごま油	◎チーズ、みそ、油揚げ、鶏肉	○シヤベットの素、もやし、だいこん、つきこんにゃく、にんじん、ひじき、グリーンピース、わかめ、しょうが	だし汁、しょうゆ、酒	チーズ	★シヤベットの
3火	御飯、あじのムニエル、小松菜の煮浸し、みそ汁	509(505) 21.3(17.1) 12.3(15.9) 2.1(1.8)	米、○蒸しパンミックス、小麦粉、バター、◎小魚せんべい	○牛乳、あじ、油揚げ、みそ、○魚肉ソーセージ	ごまつな、かぼちゃ、ねぎ、にんじん、○コーン	だし汁、だし汁、しょうゆ、みりん、塩、こしょう	ソフトな小魚せんべい	★おかず蒸しパン、牛乳
4水	さつま芋御飯、チーズはんぺんフライ、ほうれん草のおかか和え、みそ汁	403(312) 13.1(9.5) 10.3(7.6) 2.1(1.6)	米、さつまいも、油、◎こつぶポテコ	チーズはんぺんフライ、冷凍サイコロ豆腐、みそ、油揚げ、かつお節	もやし、ほうれん草、ねぎ、にんじん、◎野菜&フルーツ	だし汁、酒、しょうゆ、塩	野菜&フルーツ	こつぶポテコ、お茶
5木	カレーライス、マカロニサラダ、フルーツ(桃缶・みかん缶)	601(476) 16.6(13.7) 19.4(14.9) 2.1(1.6)	米、じゃがいも、マヨネーズ、マカロニ、油、◎がんばんれ野菜家族	牛肉、豚肉、ハム、○ミニフィッシュ	たまねぎ、もも、みかん、にんじん、きゅうり	カレールー、塩	がんばんれ野菜家族	ミニフィッシュ
6金	ロールパン、ミネストローネスープ、チキンナゲット、ポイルブロッコリー	581(514) 22.0(18.1) 23.3(20.8) 2.9(2.4)	ロールパン、じゃがいも、油、マヨネーズ、◎ビスコ、○えびせん、○1さいからのえびせん	○ヤクルト、チキンナゲット、豚肉、大豆、脱脂粉乳、ベーコン	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ	ケチャップ、洋風だしの素、パセリ粉、塩	ビスコ	えびせん、ヤクルト
7土	パン、お茶							
9月	ピピンパ、蒸しシウマイ、わかめスープ	480(378) 16.8(13.3) 13.9(11.0) 3.7(2.9)	米、砂糖、ごま油、油、◎白い風船	豚ひき肉、錦糸たまご、豆腐シューマイ	○バナナ、ほうれん草、もやし、にんじん、コーン、ねぎ、ごま、わかめ、にんにく	しょうゆ、酢、中華だしの素、酒、塩	白い風船	★バナナ
10火	御飯、高野豆腐卵とじ、ちくわサラダ、けんちん汁	537(433) 20.3(15.7) 16.9(13.1) 2.2(1.7)	米、◎ミニゼリー、砂糖、ごま油	○アイスクリーム(パニラ)、卵、鶏肉、ちくわ、凍り豆腐、グリーンピース、油揚げ	キャベツ、にんじん、だいこん、ねぎ、ごぼう、ごま、しいたけ	だし汁、しょうゆ、酢、酒、塩	ミニゼリー	アイスクリーム
11水	ソースかつ丼、きゅうりの酢の物、みかんゼリー	431(370) 10.4(10.0) 10.3(10.2) 1.2(1.1)	米、オレインゼリー、油、砂糖	豚ヒレカツ、○豆乳、◎チーズ、しらす干し	きゅうり、キャベツ、にんじん、○かぼちゃ、ごま	ソース、酢、本みりん、しょうゆ、ケチャップ	チーズ	★かぼちゃ豆乳プリン
12木	御飯、磯巻巻き、筑前煮、みそ汁	456(378) 12.8(9.9) 9.6(8.6) 2.0(1.6)	○ロールケーキ、米、油、砂糖、◎ビスコ	鶏肉、ちくわ、みそ、いんげんまめ、機華玉子	○りんごジュース、にんじん、たまねぎ、つきこんにゃく、ごぼう、れんこん、わかめ	だし汁、だし汁、しょうゆ、酒	ビスコ	ロールケーキ、りんごジュース
13金	うさちゃんライス、さと芋の煮物、お月見デザート	537(427) 17.5(13.7) 15.1(12.0) 2.3(1.7)	米、さといも、お月見デザート、○ハッピーターン、◎豆乳ウエハース、○アンパンマンのおやさいせんべい、砂糖	○ヤクルト、ウインナーソーセージ、鶏肉、黒豆	にんじん、いんげん、しいたけ	だし汁、だし汁、酒、みりん、しょうゆ、しょうゆ、塩	豆乳ウエハース	ハッピーターン、アンパンマンお野菜せんべい(1・2歳児)、ヤクルト
14土	パン、お茶							
17火	オムハヤシライス、小松菜とコーンのごまマヨネーズ、チーズ	444(417) 14.3(12.6) 16.9(17.8) 2.5(2.1)	米、マヨネーズ、◎ホームパイ、○おにぎりせんべい、油、砂糖	牛肉、チーズ、豚肉、オムライス用玉子	ごまつな、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン、グリーンピース、ごま	ハヤシルウ、ケチャップ、しょうゆ	ホームパイ	おにぎりせんべい、お茶
18水	御飯、さわらの煮つけ、かぼちゃのてんぷら、みそ汁	459(403) 18.7(14.3) 14.2(11.2) 2.3(1.8)	米、油、砂糖	ぎら、かぼちゃてんぷら、豆腐、みそ、油揚げ	○りんご、ほうれん草、だいこん、ごぼう、にんじん、しょうが、◎ぶどうジュース	だし汁、しょうゆ、酒	ぶどうジュース	★りんご
19木	焼きそば、もやしとわかめのナムル、りんごゼリー、牛乳	540(526) 15.4(12.7) 17.6(19.8) 1.3(1.1)	焼きそばめん、○さつまいも、油、りんごゼリー、◎小魚せんべい、ごま油	牛乳、豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、ごま、わかめ、あおのり	ソース、しょうゆ	ソフトな小魚せんべい	★ふかし芋、お茶
20金	☆お誕生日メニュー☆ ゆかり御飯、星型ハンバーグ、フライドポテト、ブロッコリーのマヨネーズあえ、ミニトマト、ミニゼリー	553(501) 15.6(16.2) 17.5(17.5) 1.8(1.8)	米、○ワッフル、ミニゼリー、じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖	○ヤクルト、星型ハンバーグ、◎チーズ	ミニトマト、ブロッコリー、にんじん、コーン	ケチャップ、ソース、塩	チーズ	ワッフル、ヤクルト
21土	パン、お茶							
24火	御飯、鶏のから揚げ、ポテトサラダ、野菜スープ	462(403) 16.5(12.5) 15.8(14.3) 1.4(1.2)	米、じゃがいも、マヨネーズ、油、片栗粉、◎ビスコ	鶏肉、ツナ缶	○ぶどう、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ	洋風だしの素、塩、こしょう	ビスコ	ぶどう
25水	さば飯(郷土料理)、揚げぎょうざ、ポイル野菜、みそ汁	658(516) 21.0(16.3) 20.5(15.9) 2.6(2.0)	米、○白玉粉、○上新粉、油、○黒砂糖、マヨネーズ、◎豆乳ウエハース、麺	ぎょうざ、○豆腐、さば、みそ、○きな粉	キャベツ、ごぼう、えのきたけ、ねぎ、にんじん、しょうが	だし汁、酒、みりん、しょうゆ、塩	豆乳ウエハース	★豆腐白玉団子、お茶
26木	カレーうどん、ほうれん草とじゃこのお浸し、ぶどうゼリー	441(364) 14.9(12.9) 10.0(9.8) 1.4(1.2)	うどん、ぶどうゼリー、○米、油	豚肉、牛肉、◎チーズ、○さけ、しらす干し	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、ねぎ、○ごま	だし汁、カレールー(7品目不使用)、しょうゆ、みりん、塩	チーズ	★おにぎり、お茶
27金	コッペパン、スペイン風オムレツ、ポイルブロッコリー、さつまいもポテージュ	431(327) 16.1(12.0) 17.7(13.4) 1.8(1.3)	コッペパン、◎ミニゼリー、油、マヨネーズ、さつまいも、○つつぶべじタブル、○1歳からのつつぶべじタブル	○ヤクルト、牛乳、卵、脱脂粉乳、ベーコン	ブロッコリー、たまねぎ、ピーマン、パプリカ、しめじ	コーンスープ、ケチャップ、塩、こしょう	ミニゼリー	サッポロポテト つつぶべじタブル、ヤクルト
28土	パン、お茶							
30月	御飯、鶏肉のみそ焼き、もやしの中華和え、すまし汁	418(341) 22.1(17.5) 10.2(8.1) 2.0(1.8)	米、ごま油、◎白い風船、砂糖	○ももヨーグルト、鶏肉、卵、豆腐、ハム、みそ	もやし、きゅうり、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ごま、わかめ	だし汁、しょうゆ、酢、みりん、しょうゆ、塩	白い風船	ももヨーグルト

※仕入れ材料の都合により献立内容を変更することもありますので、ご了承下さい。
★果物・手作り又は少し手を加えているおやつです。