

9月献立表

やしお花桃保育園

2019年

日付	献立名	材料名	【10時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
2月	ゆかりご飯 ちくわの磯辺揚げ ほうれん草とツナの和え物 みそ汁	牛乳/米、ゆかり/ちくわ、あおのり、小麦粉、水、サラダ油/ほうれん草、もやし、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖/なめこ、カッパわかめ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/カッパケーキ、おから、卵、牛乳、無塩バター、砂糖、ココア	◎牛乳 牛乳 おからココアケーキ	579(515) 21.9(20.1) 19.0(18.2) 4.4(3.5)
3月	ハヤシライス ささみときゅうりのサラダ オレンジ	牛乳/米、ぶた肉、たまねぎ、マッシュルーム、バター、ハヤシライス、ケチャップ、ウスターソース、牛乳/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、とり肉、サラダ油、しょうゆ、砂糖/オレノレン/牛乳/食パン、ケチャップ、たまねぎ、とり肉、パセリ粉、ピザ用チーズ	◎牛乳 牛乳 ピザトースト	578(496) 20.3(18.2) 20.4(19.0) 4.2(3.2)
4月	冷やしうどん チョレギサラダ 梨	牛乳/ゆでうどん、ぶた肉、ニンニク、しょうゆ、しょうゆ、酒、カッパわかめ、ねぎ、めんつゆ/キャベツ、きゅうり、にんじん、カッパわかめ、焼のり、ごま油、食塩、淡色みそ、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/なし/牛乳/米、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、ごま油、しょうゆ、食塩、卵	◎牛乳 牛乳 チャーハン	561(501) 20.6(19.1) 21.7(20.4) 4.6(3.7)
5月	菜飯 揚げ餃子 ブロッコリーの和風和え すまし汁	牛乳/米、菜飯/ぎょうざの皮、ぶた肉、キャベツ、にら、しょうゆ、酒、食塩、おろしにんにく、おろししょうが、ごま油、片栗粉、サラダ油/ブロッコリー、ごま油、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ、酢、砂糖/水餃子、食塩、みずな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/食パン、牛乳、砂糖、マーガリン、ココア	◎牛乳 牛乳 パンかりんどう	596(513) 23.3(20.8) 21.7(19.9) 3.4(2.7)
6月	ご飯 かにたまのあんかけ 春雨中華サラダ 中華スープ	牛乳/米/卵、食塩、かにかまぼこ、たまねぎ、干しいたけ、グリーンピース、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、水、片栗粉/はるさめ、きゅうり、コーン、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/ごま油、しめじ、水、中華だし、食塩/牛乳/さつまいも、食塩	◎牛乳 牛乳 蒸し芋	587(513) 20.9(19.2) 14.3(14.5) 3.7(2.7)
7月	鶏のから揚げ きゅうりの塩こんぶ和え みそ汁	とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、ニンニク、片栗粉、サラダ油、米、にんじん、きざみ、しょうゆ、みりん風調味料、砂糖、酒、きゅうり、塩こんぶ、食塩/ごま油、油揚げ、かつおだし汁、米みそ/菜茶/ももジュース、アガー、砂糖	◎牛乳 麦茶 ピーチゼリー	594(469) 35.7(28.4) 20.4(16.4) 6.0(4.8)
9月	ロールパン 炒り卵のミートソースがけ ブロッコリーとコーンのサラダ わかめスープ	牛乳/ロールパン/卵、サラダ油、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、サラダ油、トマヒューズ、ケチャップ、コンソメ/ブロッコリー、コーン、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、食塩/カッパわかめ、ねぎ、水、中華だし、食塩/牛乳/米、ごま油、ごぼう、にんじん、干しいたけ、こんにやく、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒	◎牛乳 牛乳 五目ごはん	605(521) 26.8(23.5) 22.0(20.1) 4.8(3.7)
10月	ご飯 さばの竜田揚げ 小松菜とツナの和え物 すまし汁	牛乳/米/さば、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、サラダ油/ごま油、コーン、ツナ、しょうゆ、砂糖、酢/さといも、油揚げ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、ごま油、水、卵、ぶた肉、キャベツ、ねぎ、あおのり、ウスターソース、マヨネーズ、かつお節	◎牛乳 牛乳 おやつお好み焼き	609(520) 28.3(23.1) 21.6(19.1) 3.2(2.6)
11月	ご飯 シウマイ キャベツの中華風サラダ 中華スープ	牛乳/米/ぶた肉、たまねぎ、しょうが、砂糖、酒、しょうゆ、食塩、コーン、片栗粉、ごま油、シウマイの皮/ピーマン、キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま油、酢、砂糖、食塩、ごま油/ごま油、しめじ、水、中華だし、食塩/牛乳/小麦粉、重曹、無塩バター、砂糖、卵、ココア、グラニュー糖	◎牛乳 牛乳 マーブルクッキー	557(487) 17.7(16.2) 17.2(16.3) 3.2(2.5)
12月	食パン クリームシチュー フレンチサラダ オレンジ	牛乳/食パン/とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、シチューソース/小麦粉、バター/キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、サラダ油、酢、砂糖、食塩/オレンジ/菜茶/白玉粉、上新粉、きなこ、砂糖	◎牛乳 麦茶 きなこ団子	573(525) 23.3(22.0) 15.6(16.3) 5.2(4.2)
13月	きのこカレーうどん おからサラダ 梨	牛乳/ゆでうどん、ごま油、とり肉、干しいたけ、しめじ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩、カレー粉、片栗粉/おから、ブロッコリー、ハム、マヨネーズ、しょうゆ、砂糖/なし/牛乳/米、とり肉、にんじん、コーン、サラダ油、食塩、コンソメ、バター、パセリ、カレー粉	◎牛乳 牛乳 チキンピラフ	573(510) 22.8(20.8) 19.1(18.3) 5.5(4.3)
14月	マーボー春雨丼 かぼちゃの甘煮 中華スープ	牛乳/米、ぶた肉、はるさめ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、ニンニク、淡色みそ、みりん風調味料、酒、ごま油、片栗粉/かぼちゃ、しょうゆ、砂糖/ごま油、コーン、水、中華だし、食塩/菜茶/米、さけ	◎牛乳 麦茶 鮭おにぎり	568(501) 21.1(19.9) 11.4(12.9) 4.7(3.7)
16月	祝日<敬老の日>			
17月	ご飯 白身フライ かぼちゃのマヨネーズ和え みそ汁	牛乳/米/たら、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、ウスターソース/かぼちゃ、きゅうり、ハム、マヨネーズ、食塩/ごま油、油揚げ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/食パン、いちごジャム	◎牛乳 牛乳 いちごジャムサンド	565(504) 21.7(19.8) 17.5(16.9) 3.7(2.9)

9月献立表

やしお花桃保育園

2019年

日付	献立名	材料名	【10時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
18月	ご飯 きのこステーキ 里芋のそぼろ煮 みそ汁	牛乳/米/ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、えのきたけ、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ/とり肉、サラダ油、さといも、しょうゆ、砂糖、ほんだし、水、片栗粉/はるさめ、にんじん、かつおだし汁、米みそ/牛乳/マカロニスパゲティ、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ	◎牛乳 牛乳 おやつミートパンネ	606(537) 28.7(26.6) 16.9(16.6) 5.1(4.1)
19月	醤油ラーメン キャベツのささみサラダ オレンジ	牛乳/生中華めん、ぶた肉、ごま油、なると、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油/キャベツ、とり肉、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/オレンジ/菜茶/じゃがいも、サラダ油、食塩、あおのり	◎牛乳 麦茶 フライドポテト/青のり	565(518) 22.0(20.7) 14.4(15.3) 5.0(4.0)
20月	ご飯 鯉フライ さつまいもの甘煮 けんちん汁	牛乳/米/あじ、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、ウスターソース/さつまいも、砂糖、しょうゆ/どらもち、だいこん、にんじん、ねぎ、油揚げ、ごま油、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/スパゲティ、たまねぎ、ツナ、ピーマン、ケチャップ、サラダ油、食塩	◎牛乳 牛乳 おやつツナスパゲティ	593(521) 24.4(21.8) 18.9(17.8) 3.0(2.4)
21月	豚味噌汁 ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁	牛乳/米、ぶた肉、酒、食塩、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖、サラダ油/ブロッコリー、コーン、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/新巻、ごま油、かつおだし汁、米みそ/菜茶/米、かつお節、しょうゆ、みりん風調味料	◎牛乳 麦茶 おかかおにぎり	596(543) 18.8(18.4) 22.6(21.9) 4.6(3.7)
23月	祝日<秋分の日>			
24月	フラワーライス 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーとささみのサラダ 肉団子スープ	牛乳/米、焼き込みわかめ、焼のり/とり肉、しょうゆ、酒、マーマレード/ブロッコリー、にんじん、とり肉、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/とり肉、ひじき、たまねぎ、しょうが、片栗粉、コーン、ごま油、なめこ、中華だし/牛乳/ポテトケーキ、砂糖、卵、マーガリン、レモン果汁、水、生クリーム	◎牛乳 牛乳 マドレーヌ	597(507) 27.5(22.6) 20.5(17.9) 3.1(2.5)
25月	ご飯 肉団子の甘酢がけ 切干大根の炒り煮 みそ汁	牛乳/米/ぶた肉、たまねぎ、ひじき、片栗粉、酒、しょうゆ、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、しょうが、ごま油、片栗粉/切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、サラダ油、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁/なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/焼そばめん、ぶた肉、ごま油、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油	◎牛乳 牛乳 あんかけ焼きそば	609(537) 26.7(23.7) 23.2(21.6) 4.5(3.5)
26月	スパゲティミートソース ほうれん草ときのこのツナサラダ コンソメスープ	牛乳/スパゲティ、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、米みそ/ほうれん草、のり、コンソメ、しめじ、ツナ、しょうゆ、砂糖/ねぎ、ベーコン、水、コンソメ、食塩/菜茶/さつまいも、サラダ油、食塩	◎牛乳 麦茶 おさつちゅぷ	538(495) 22.3(21.1) 20.4(20.1) 6.2(4.8)
27月	きのこご飯 鶏つくねのチーズ焼き おくらとかまぼこの海苔和え みそ汁	牛乳/米、とり肉、しめじ、えのきたけ、こんにやく、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒/とり肉、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒、ピザ用チーズ/おくら、かまぼこ、きざみ、のり、酢、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料/さつまいも、油揚げ、かつおこんぶだし汁、米みそ/牛乳/米粉そうめん、ねぎ、ごま油、かつおだし汁、しょうゆ、食塩	◎牛乳 牛乳 ソーメン汁	551(491) 30.0(26.6) 16.4(16.1) 4.8(3.8)
28月	野菜あんかけ丼 大根ときゅうりの和え物 みそ汁	牛乳/米、ぶた肉、ごま油、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油/切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖/カッパわかめ、油揚げ、かつおだし汁、米みそ/菜茶/米、しらす干し、食塩、しょうゆ	◎牛乳 麦茶 しらすおにぎり	599(545) 22.7(21.3) 19.3(19.2) 3.2(2.7)
30月	ご飯 から揚げ南蛮 小松菜のおかか和え 中華スープ	牛乳/米/とり肉、酒、ニンニク、しょうが、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、水、ねぎ、ごま油、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、かつお節/はるさめ、カッパわかめ、水、中華だし、食塩/牛乳/ロールパン、卵、マヨネーズ、食塩、バター	◎牛乳 牛乳 卵ロールサンド	565(494) 26.9(23.7) 17.7(16.8) 2.4(1.8)
※食材の都合により献立が変更する場合があります。 ※画で初めて食べる食材がないようにしてください。				