

9月 予定献立表

令和6年9月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)	たんぱく 質(g)
2(月)	おかし 牛乳	チキンカレー コールスローサラダ トマトと大根のスープ すいか	乾パン ビスコ 羊羹 (非常食) 牛乳	鶏もも、にんにく、生姜、人参、玉ねぎ、カットトマト、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、こしょう キャベツ、きゅうり、コーンオリーブオイル、酢、三温糖、トマト、大根、しめじ、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 568 乳 498	21.5 18.9
3(火)	果物 牛乳	冷やしごまだれうどん 冬瓜の煮物 昆布和え パナナ	ピラフ 牛乳	人参、もやし、キャベツ、ささ身、生姜、大葉、ねりごま、すりごま、醤油、みりん、塩、味噌、ピーマン、玉ねぎ 冬瓜、鶏もも、いんげん、だしかつお、だし昆布、三温糖、ブロッコリー、黄パプリカ、きゅうり、塩昆布、ごま油	幼 561 乳 490	28.3 23.9
4(水)	おかし 牛乳	納豆ご飯 鮭の西京焼き ひじきの煮物 けんちん汁 オレンジ	焼きそば 牛乳	鮭、生姜、味噌、みりん、ひじき、白滝、いんげん、えのき、油揚げ、だしかつお、だし昆布、三温糖 ねぎ、人参、ごぼう、里芋、大根、木綿、葉ねぎ、醤油、塩、みりん納豆、たくあん、小松菜、キャベツ、もやし	幼 516 乳 466	28.4 24.7
5(木)	果物 牛乳	胚芽ロール ささ身フライ 巨峰 大根のシャキシャキサラダ ナスのスープ	黒糖蒸しパン 牛乳	鶏ささみ、塩、こしょう、パン粉、ソース、ケチャップ、三温糖、油、小麦粉、BP、黒糖、豆乳、醤油、ごま油 大根、きゅうり、もやし、しらす、すりごま、酢、ねぎ、人参、舞茸、なす、小松菜、鶏ひき、だし昆布、だしかつお	幼 567 乳 521	27.7 24.3
6(金)	おかし 牛乳	ご飯 厚揚げ入り麻婆春雨 梨 トマトのサラダ かぼちゃの味噌汁	シュガートースト 牛乳	玉ねぎ、竹の子、椎茸、にら、生姜、にんにく、豚ひき、春雨、厚揚げ、醤油、三温糖、塩、片栗粉、砂糖、マーガリン トマト、人参、きゅうり、ブロッコリー、コーン、ごま油、かぼちゃ、ねぎ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 552 乳 493	21.2 19.2
7(土)	果物 牛乳	焼肉丼 塩キャベツサラダ えのきのスープ パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、人参、もやし、ほうれん草、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 キャベツ、きゅうり、いりごま、酢、えのき、かぶ、ねぎ、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 596 乳 530	25.5 22.5
9(月)	おかし 牛乳	ご飯 アジの蒲焼き風 オレンジ 野菜の海苔和え 豆腐の味噌汁	ベベロンチーフ風マ カロニ 牛乳	鰹、片栗粉、醤油、三温糖、油、玉ねぎ、えのき、ほうれん草、豆腐、だしかつお、だし昆布、味噌、にんにく 人参、きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、もやし、もみり、酢、ごま油、マカロニ、しめじ、ツナ、パセリ	幼 582 乳 452	23.2 20.8
10(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば いんげんの胡麻和え 冬瓜のスープ パナナ	梅鮭おにぎり 牛乳	豚肉、玉ねぎ、椎茸、キャベツ、竹の子、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉、鮭、ねり梅 いんげん、きゅうり、もやし、ごま、すりごま、三温糖、冬瓜、人参、ねぎ、しめじ、葉ねぎ、鶏ひき、だしかつお、だし昆布	幼 541 乳 483	24.3 21.6
11(水)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の照り焼き 梨 ブロッコリーのしらす和え 田舎風味噌汁	マーブルケーキ 牛乳	鶏もも、生姜、醤油、三温糖、みりん、じゃが芋、ねぎ、しめじ、豚肉、葉ねぎ、だし煮干し、だし昆布、味噌、油 ブロッコリー、人参、きゅうり、黄パプリカ、しらす、塩、ごま油、小麦粉、BP、ココア、豆乳、砂糖	幼 521 乳 473	25.4 22.8
12(木)	果物 牛乳	さつま芋パン カレイのトマトソース マカロニサラダ かぶのスープ	中華おこわ 牛乳	カレイ、玉ねぎ、しめじ、黄パプリカ、トマト、にんにく、塩、こしょう、油、ケチャップ、竹の子、干し椎茸、豚肉、醤油、 マカロニ、きゅうり、ブロッコリー、ささ身、マヨネーズ、かぶ、人参、ねぎ、えのき、小松菜、鶏肉、だしかつお、だし昆布	幼 574 乳 519	28.4 24.7
13(金)	おかし 牛乳	ハヤシライス ささ身のサラダ オクラのスープ パナナ	ジャムサンド 牛乳	玉ねぎ、人参、豚肉、トマトジュース、トマトピューレ、にんにく、牛脂、小麦粉、ケチャップ、ソース、ブルーベリージャム 鶏ささ身、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、ごま、ごま油、ねぎ、舞茸、オクラ、大根、油揚げ、だしかつお、だし昆布	幼 610 乳 540	26.1 22.9
14(土)	果物 牛乳	鶏肉丼 甘酢和え チンゲンサイのスープ パナナ	おかし 牛乳	鶏もも、椎茸、玉ねぎ、葉ねぎ、きざみ海苔、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、塩 大根、人参、きゅうり、黄パプリカ、酢、醤油、三温糖、ねぎ、キャベツ、えのき、チンゲンサイ	幼 587 乳 515	23.2 20.0
16(月)	敬老の日					
17(火)	果物 牛乳	醤油ラーメン 厚揚げと鶏の煮物 野菜のゆかり漬け オレンジ	お月見スイートポテ 牛乳	豚肉、ねぎ、干し椎茸、キャベツ、もやし、にんにく、生姜、ニラ、だしかつお、さつま芋、豆乳、砂糖、白あん、バター 厚揚げ、鶏もも、じゃが芋、人参、いんげん、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、大根、きゅうり、かぶ、ゆかり	幼 575 乳 520	28.0 24.4
18(水)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の生姜あん 梨 かぼちゃサラダ ナスの味噌汁	きな粉トースト 牛乳	鶏もも、ねぎ、人参、えのき、生姜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、油、片栗粉、きな粉、マーガリン かぼちゃ、きゅうり、コーン、マヨネーズ、玉ねぎ、椎茸、なす、葉ねぎ、油揚げ、味噌、ごま油、砂糖	幼 568 乳 505	22.8 20.4
19(木)	果物 牛乳	レーズンロール 鮭のレモンバジル焼き 春雨サラダ ミネストローネ	ビビンバおにぎり 牛乳	鮭、生姜、バジル粉、オリーブオイル、胡椒、レモン汁、玉ねぎ、カットトマト、キャベツ、小松菜、豚肉、ケチャップ 春雨、人参、黄パプリカ、きゅうり、鶏ささ身、ごま油、醤油、酢、三温糖、ほうれん草、豚ひき、にんにく、ごま	幼 529 乳 480	26.5 23.4
20(金)	おかし 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 巨峰 おかか和え ほうれん草のスープ	カレーうどん 牛乳	玉ねぎ、にら、生姜、にんにく、木綿、ごま油、味噌、三温糖、塩、片栗粉、鶏肉、葉ねぎ、カレー粉、だしかつお、だし昆布 ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、かつお節、醤油、ねぎ、人参、大根、しめじ、ほうれん草、コーン、豚ひき	幼 521 乳 470	25.8 22.6
21(土)	おかし 牛乳	そぼろ丼 酢の物 わかめの味噌汁 パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、鶏ひき、生姜、もやし、人参、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、油、片栗粉 きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、酢、ねぎ、わかめ、大根、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 604 乳 549	24.3 21.8
23(月)	振替休日(秋分の日)					
24(火)	果物 牛乳	鶏ときのこのクリームスパゲティ りんご しょうゆフレンチ さつま芋のスープ	いなりおにぎり 牛乳	鶏もも、人参、玉ねぎ、しめじ、えのき、マッシュルーム、にんにく、ほうれん草、牛乳、小麦粉、こしょう キャベツ、きゅうり、コーン、酢、油、さつま芋、ねぎ、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、油揚げ	幼 606 乳 528	24.1 21.3
25(水)	おかし 牛乳	ご飯 カレイの煮つけ パナナ 野菜の胡麻味噌和え 麩のすまし汁	ココアクリームサン ド 牛乳	カレイ、生姜、三温糖、みりん麩、玉ねぎ、人参、大根、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布、塩 じゃが芋、ナス、黄パプリカ、ブロッコリー、すりごま、いりごま、味噌、ココア、マーガリン、砂糖	幼 552 乳 497	26.3 23.1
26(木)	果物 牛乳	かぼちゃロール 豆腐ハンバーグ オレンジ 切干大根のサラダ キャベツのスープ	ジャージャー麺 牛乳	木綿、鶏ひき、玉ねぎ、ゼラチン、塩、こしょう、パン粉、豆乳、ケチャップ、ソース、三温糖、豚ひき、竹の子 切干大根、きゅうり、コーン、醤油、酢、ごま油、ねぎ、人参、キャベツ、小松菜、椎茸、だしかつお、だし昆布	幼 533 乳 488	26.0 22.8
27(金)	おかし 牛乳	洋風炊込みご飯 クリスピーチキン ブロッコリーサラダ コーンスープ 梨	アップルパイ 牛乳	鶏ささみ、生姜、にんにく、カレー粉、塩、こしょう、コーンフレーク、小麦粉、油、パイシート、りんご、砂糖、シナモン ブロッコリー、人参、きゅうり、黄パプリカ、三温糖、酢、オリーブオイル、ねぎ、大根、えのき、コーン、ほうれん草、	幼 538 乳 511	23.2 21.1
28(土)	おかし 牛乳	チャーハン キャベツと鶏の味噌炒め 小松菜のスープ パナナ	おかし 牛乳	ねぎ、コーン、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、塩、ねぎ、かぶ、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布 玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、鶏もも、にんにく、生姜、味噌、醤油、酒、三温糖、みりん、片栗粉	幼 598 乳 532	23.8 21.3
30(月)	おかし 牛乳	ご飯 鮭の梅しそ焼き 梨 小松菜のお浸し 厚揚げの味噌汁	さつま芋パン 牛乳	鮭、ねり梅、大葉、ゆかり、みりんねぎ、人参、厚揚げ、舞茸、葉ねぎ、じゃが芋、だしかつお、だし昆布、味噌 小松菜、えのき、きゅうり、しらす、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、さつま芋、小麦粉、BP、砂糖、豆乳	幼 523 乳 472	26.0 22.8

※ 仕入れの都合により献立を変更することがあります。

※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

基準値	幼児	579	24.6	平均値	幼	562	25.2
	乳児	473	20.1		乳	501	22.2