



9月給食献立表



令和 6年度



認定こども園八代保育園

曜日	日	献立名	以上児 ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分	エネルギー源	体を作る	体の調子を 整える	調味料	おやつ ★…手作り	未満児(1~2歳児)		
									主食	午前おやつ 午後おやつ	
月	2	鶏の唐揚げ(醤油) きのこ入りナムル 旬野菜の味噌汁	① 308kca ② 15.0g ③ 14.7g ④ 1.7g	片栗粉 ごま ごま油 さつまい	鶏肉 味噌 煮干し	にんにく 生姜 しめじ えのき きゅうり もやし 人参 長葱 キャベツ しいたけ なす	中華だし 塩 和風だし	麦茶 ★スイート ポテトパン	鮭ごはん	牛乳 クッキー 麦茶★スイート ポテトパン	
火	3 17	さつまいろカレー きのこサラダ ナゲット	① 360kca ② 17.2g ③ 15.6g ④ 2.2g	三温糖 ごま さつまい	豚肉 ベーコン ナゲット	玉葱 人参 ほうれん草 エリンギ しめじ えのき きゅうり レタス トマト	カレールー ケチャップ ソース しょうゆ 塩 酢	麦茶(3日) ★いもち 麦茶(17日) ★お月見団子	ごはん	牛乳 せんべい 麦茶 ★いもち	
水	4 18	鶏の野菜味噌焼き しらすのサッパリ和え 豆腐とわかめのスープ	① 415kca ② 20.9g ③ 5.9g ④ 1.6g	三温糖 ごま	鶏肉 味噌 しらす 木綿豆腐 わかめ	人参 玉葱 キャベツ もやし きゅうり 長葱	料理酒 しょうゆ 中華だし 塩 酢	麦茶 ヨーグルト パイ	ロールパン	牛乳 ビスケット 麦茶 パイ ヨーグルト	
木	5 19	豚の生姜焼き 春雨サラダ 具たくさん豚汁	① 466kca ② 21.5g ③ 20.5g ④ 2.0g	さつまい 春雨 三温糖 ごま油	豚肉 味噌 煮干し	人参 玉葱 しめじ トマト キャベツ 生姜 きゅうり レタス 小松菜 長ねぎ	料理酒 しょうゆ 酢 和風だし	★幼此 ^レ ス 梨 クラッカー 小魚	ごはん	牛乳 卵ボーロ 牛乳 梨 クラッカー	
金	6 20	きのこの和風パ ^ケ ッティ ミモザサラダ りんご	① 347kca ② 12.0g ③ 8.5g ④ 0.9g	パ ^ケ ッティ マヨネーズ 三温糖	シーチキン 卵	人参 玉葱 ほうれん草 レタス トマト キャベツ きゅうり りんご	しょうゆ 和風だし 料理酒 酢	麦茶 ★しらすと 青菜の おにぎり	きのこの和風 スパゲッティ	牛乳 クラッカー 麦茶★しらすと 青菜のおにぎり	
土	7 14	ハンバーグ 野菜サラダ フルーツ	 ★お誕生日会メニュー(9日)★防災の日メニュー ♪カレードリア ♪切干大根のツナサラダ ♪缶詰フルーツポンチ おやつ ♪麦茶 ♪ピザ風蒸しパン								牛乳 クッキー 麦茶 ゼリー せんべい
月	30	鶏の唐揚げ(塩) きのこ入りナムル 旬野菜の味噌汁	① 297kca ② 13.9g ③ 14.9g ④ 1.6g	片栗粉 ごま ごま油 さつまい	鶏肉 味噌 煮干し	にんにく 生姜 しめじ えのき きゅうり もやし 人参 長葱 キャベツ しいたけ なす	中華だし 塩 和風だし	麦茶 ★マシュマロ ボール	ごはん	牛乳 クッキー 麦茶 ★マシュマロ ボール	
火	10 24	焼き栗コロッケ チーズサラダ クリームスープ	① 347kca ② 14.0g ③ 13.6g ④ 1.9g	油 じゃが芋 パン粉 三温糖	チーズ 鶏肉 脱脂粉乳	レタス トマト きゅうり 玉葱 人参 ほうれん草 コーン缶	酢 塩 シチュールー	麦茶 ★ジャジャ きな粉パン	ロールパン	牛乳 卵ボーロ 麦茶★ジャジャ きな粉パン	
水	11 25	鮭のゆかり焼き 厚揚げの煮物 けんちん汁	① 316kca ② 15.7g ③ 14.0g ④ 1.2g	じゃが芋 三温糖	鮭	人参 玉葱 しめじ 大根 ごぼう キャベツ 長葱	ゆかり しょうゆ 料理酒 和風だし 塩	11日麦茶 25日★松の バナナ クッキー	わかめごはん	牛乳 せんべい 麦茶or牛乳 バナナ クッキー	
木	12 26	麻婆茄子 マカロニサラダ オレンジ	① 285kca ② 11.9g ③ 10.8g ④ 0.8g	マカロニ マヨネーズ 三温糖	豚肉 味噌 ハム	なす 人参 長葱 生姜 にんにく キャベツ レタス トマト きゅうり オレンジ	しょうゆ 料理酒 酢	麦茶 ★果物ケーキ	ごはん	牛乳 クラッカー 麦茶 ★果物ケーキ	
金	13 27	タンドリーチキン オーロラサラダ ちゃんぽんスープ	① 281kca ② 26.3g ③ 6.5g ④ 1.6g	油 じゃが芋 マヨネーズ ごま油	鶏肉 脱脂粉乳 かまぼこ	レタス トマト きゅうり 人参 キャベツ もやし	カレー粉 ケチャップ 塩麹 塩 ケチャップ 鶏ガラ	13日★松の 27日麦茶 ミニゼリー おせんべい	ちゃんぽん うどん	牛乳 パイ 牛乳or麦茶 ゼリー せんべい	
土	14 28	魚のフライ 野菜ソテー フルーツ	今月のクッキングは「お月見団子」を作ります 以上児さんは17日に三角巾、エプロン、マスクを持ってきてください								牛乳 ビスケット 麦茶 クッキー ヨーグルト

*食材などの関係で献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

★9月使用の旬の食材…鮭、さつまい、栗、なす、きのこ、梨、しらす

※さつまいはビタミンCやカリウムが豊富です。