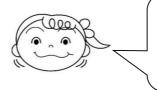


## 令和6年9月分保育所給食予定表

日	_	・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	材	料	 名	栄 着	<b>養</b> 価
曜	献立名	おやつ (千根 (全 員)	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	(3歳)	以上児)
2	ご飯 さわらの照り焼き	牛乳 かぼちゃボーロ	精白米/強化米/はるさめ/ごま油/三温糖		きゅうり/玉ねぎ	エネルギー たんぱく質	637 kcal 27.1 g
_	ばんさんすう みそ汁	<b>牛乳</b>	/薄力粉/バター 	脱脂粉乳/たまご/ チーズ		脂質	22.1 g
月		チーズマフィン		했다. /+ + - / / 나비냐	4 bb 1 71-7 18 7 7	食塩相当量	2.1 g
3	ご飯 チキンカツ 五目野菜サラダ	牛乳 せんべい		鶏肉/たまご/油揚げ /ひじき/ベーコン/ 4.9		エネルギー  たんぱく質	617 kcal 22.1 g
11.	かぶのスープ	+乳 フルーツミックス	ラダ油/マスカットゼ リー	1 70	缶/もも缶	脂質	24.2 g
火	ロールパン	4乳		鶏肉/脱脂粉乳/粉	玉ねぎ/にんじん/グ	食塩相当量	1.9 g 661 kcal
4	ポテトグラタン  ブロッコリーのサラダ	あられ	も/米サラダ油/マカロニ/バター/薄力粉	チーズ/豆腐/牛乳/	リンピース/ブロッコ リー/キャベツ/コー	たんぱく質	
水	豆腐と野菜のスープ	牛乳 ウィンナーまん	/パン粉/三温糖/強 力粉		ン缶	脂質	27.0 g
	ご飯	牛乳			切干しだいこん/にん	<u>食塩相当量</u> エネルギー	2.5 g 629 kcal
5	魚の磯辺揚げ 切りまし大根煮	ビスケット 	/食パン/バター/グ	のり/ひじき/油揚げ /みそ/牛乳/きな粉		たんぱく質	26.9 g
木	みそ汁	牛乳 きな粉トースト	ラニュ一糖			脂質	21.2 g
6	  ご飯  豆腐ハンバーグ	  牛乳  せんべい	精白米/強化米/パン 粉/ごま/三温糖/ご	豆腐/豚肉/牛乳/た	  玉ねぎ/もやし/にん  じん/ほうれんそう/		541 kcal
/	立属ハンハーケ  ナムル  コーンポタージュ	麦茶	がんによん ま油/米サラダ油/バター/薄力粉/お菓子		クリームコーン/パセ	たんぱく質	
金		スポ  ヨーグルト  お菓子	) / AJ/J/ 83 x 1			脂 質 食塩相当量	18.4 g 2.2 g
7	具だくさんうどん バナナ	4乳  乳児用お菓子	うどん/食パン/ジャ ム	油揚げ/豚肉/牛乳	しいたけ/ねぎ/こま つな/にんじん/バナ	エネルキ゛ー	524 kcal
	牛乳	麦茶			+	たんぱく質	
土		ジャムパン				脂 質 食塩相当量	13.6 g 2.3 g
9	ご飯 ヤンニョム風チキン	牛乳 ウエハース	糖/ごま/ごま油/	鶏肉/みそ/豆腐/牛 乳	こまつな/にんじん/	エネルギー たんぱく質	549 kcal
/	きゅうりのごま酢和え  中華風スープ	牛乳	じゃがいも/かたくり 粉/バター/上白糖		玉ねぎ	脂質	19.9 g
月		ポテトもち	det 1 de 276 de de 277			食塩相当量	2.5 g
10	ご飯 豚肉の生姜焼き	麦茶 ヨーグルト	精日米/強化米/三温  糖/米サラダ油/ホッ  トケーキミックス/米	豚肉/みそ/牛乳/た まご/豆腐	キャベツ/きゅうり/	エネルギー  たんぱく質	599 kcal 26.7 g
	キャベツサラダ  みそ汁	<u>+ 乳</u>   豆腐ドーナッツ	白絞油		にんじん/コーン缶/ かぼちゃ/ほうれんそ う/ねぎ	脂質	19.9 g
火	食パン	豆腐ドーナック	合パンノジャルノ藩力	さけ/たまご/ハム/		食塩相当量 エネルギー	1.7 g 641 kcal
111	ジャム さけフライ	ビスケット	粉/パン粉/米白絞油	わかめ/みそ/ベーコン/粉チーズ/牛乳/	玉ねぎ/にんじん/ト	たんぱく質	
	スパゲッティ和風サラダ トマトスープ	麦茶 おにぎり	糖/ごま油/米サラダ 油/精白米/強化米/	ツナ缶/塩昆布		脂質	19.9 g
-	   麦ご飯	牛乳	ごま 精白米/押麦/じゃが	豚肉/牛乳	にんじん/玉ねぎ/グ	食塩相当量 エネルギー	2.2 g 692 kcal
	ポークカレー れんこんのマヨサラダ	せんべい	いも/米サラダ油/マ ヨネーズ/ごま/焼き		リンピース/れんこん /きゅうり/コーン缶	たんぱく質	21.4 g
木	パイン缶 	牛乳 お麩ラスク	ふ/バター/グラ ニュー糖		/パイン缶 	脂質	26.6 g
	ご飯	牛乳		さば/みそ/豆腐/鶏		<u>食塩相当量</u> エネルギー	1.8 g 520 kcal
3	さばのみそ煮白和え	クラッカー 	糖/こんにゃく/ごま /焼きふ/みかんゼ リー/お菓子		う/にんじん/だいこ   ん/かいわれだいこん	たんぱく質	
金	すまし汁 	牛乳  みかんゼリー  お菓子	リケーノの来丁			脂 質 食塩相当量	17.2 g
14	スパゲッティミートソース わかめスープ	6乗子   牛乳   乳児用お菓子	スパゲッティ/バター /米サラダ油/薄力粉	豚肉/粉チーズ/わか め/牛乳	玉ねぎ/にんじん/に んにく/コーン缶/バ	エネルキ゛ー	544 kcal
/	バナナ	麦茶	/ ニ温糖/コッペパン /チョコレートクリー		+ +	にんはく貝	
土		チョコサンド	<b>A</b>			脂 質  食塩相当量	16.7 g 1.8 g
16		++L	+/				
/		句女	老(	<i>(</i> ) 日			
月	<u> </u>	* <b>3/</b> \		· -	I4 W. 1 - 1 P. 1	1-4112	604
17	ご飯  チキンカツ  エ日野草サラダ	牛乳 せんべい	粉/パン粉/米白絞油	鶏肉/たまご/油揚げ  /ひじき/ベーコン/   <sub>4-3 </sub>	もやし/にんじん/  きゅうり/かぶ/玉ね  ギ	エネルドー  たんぱく質	634 kcal 22.6 g
/	五目野菜サラダ \	 牛乳  十五夜ゼリー	ノごま/三温糖/米サラダ油/十五夜ゼリーノお菓子	十子L	ぎ	脂質	24.4 g
火	ロールパン	〒五夜セリー   <u>お菓子</u>   牛乳	ロールパン/じゃがい	<b>乳肉/脱脂粉乳/料</b>	玉ねぎ/にんじん/グ	食塩相当量	2.0 g 661 kcal
18	ロールハン  ポテトグラタン  ブロッコリーのサラダ	あられ	も/米サラダ油/マカ ロニ/バター/薄力粉	チーズ/豆腐/牛乳/	エねさ/にんしん/ク  リンピース/ブロッコ  リー/キャベツ/コー	たんぱく質	
ماد	豆腐と野菜のスープ	<u>年乳</u> ウィンナーまん	ノパン粉/三温糖/強 カ粉		ン缶	脂質	27.0 g
水		5127 670	·			食塩相当量	2.5 g

日	献	立	夕	おやつ	午前(未)		材	料	名	栄	<u>養</u>	価
曜		<u>.,,</u>	11	•	午後(全		熱や力になるもの		体の調子を整えるもの		以上児)	
19	ご飯 魚の磯辺揚(	<del>ブ</del>		牛乳 ビスケット				かじき/たまご/あお のり/ひじき/油揚げ		エネルギー たんぱく質		kcal
/	切り干し大権みそ汁	<b>根煮</b>		牛乳			/食パン/バター/グ ラニュー糖	/みそ/牛乳/きな粉	ぎ/えのきたけ		-	J
木	07 (7)			きな粉トースト			,			脂質	21.2	_
	ご飯			牛乳			精白米/強化米/パン	豆腐/豚肉/牛乳/た	玉ねぎ/もやし/にん	食塩相当量 エネルギー		g kcal
20	豆腐ハンバ- ナムル	ーグ		せんべい			粉/ごま/三温糖/ごま油/米サラダ油/バ	まご/ベーコン/ク	じん/ほうれんそう/ クリームコーン/パセ	たんぱく質	€ 20.1	g
	コーンポタ-	ージュ		麦茶 ヨーグルト			ター/薄力粉/お菓子		ij	脂質	18. 4	g
金		- 187		お菓子				<u></u>		食塩相当量		g
21	具だくさん <sup>:</sup> バナナ	うとん		牛乳 乳児用お菓子			うどん/食パン/ジャ ム	油揚け/豚肉/午乳 	しいたけ/ねぎ/こま つな/にんじん/バナ	エネルギー たんぱく質		kcal
/	牛乳			麦茶					<b>†</b>		-	_
土				ジャムパン						脂 質 食塩相当量	13.6 ₃ 2.3	_
23									•			
/					牀	_	<b> </b>	<b>太</b> 日				
月					111			<b>小</b> 口				
24	ご飯 豚肉の生姜炉	<b>本</b> 丰		麦茶 ヨーグルト			精白米/強化米/三温糖/米サラダ油/ホッ	豚肉/みそ/牛乳/た まご/豆腐	玉ねぎ/しょうが/ キャベツ/きゅうり/	エネルキ゛ー		kcal
/	キャベツサ	ラダ					情/ ネッファー/ ホットケーキミックス/米 白絞油	よこ/立胸	にんじん/コーン缶/かぼちゃ/ほうれんそ	たんぱく質	€ 26.7	g
火	みそ汁			牛乳 豆腐ドーナッツ	,		日秋油		う/ねぎ	脂質	19.9	_
1 1	食パン ジャム			牛乳			食パン/ジャム/薄力	さけ/たまご/ハム/	きゅうり/キャベツ/	食塩相当量 エネルギー		g kcal
25	ジャム さけフライ			ビスケット			粉/パン粉/米白絞油 /スパゲッティ/三温	わかめ/みそ/ベーコ ン/粉チーズ/牛乳/	玉ねぎ/にんじん/トマト缶/パセリ	たんぱく質	€ 24.6	g
	スパゲッティトマトスープ	ィ和風サ	ラダ	麦茶 おにぎり			糖/ごま油/米サラダ 油/精白米/強化米/	ツナ缶/塩昆布		脂質	19. 9	g
水							ごま			食塩相当量	₹ 2.2	
26	麦ご飯 ポークカレ-			牛乳 せんべい			精白米/押麦/じゃが いも/米サラダ油/マ	豚肉/牛乳 	にんじん/玉ねぎ/グ  リンピース/れんこん	エネルギー たんぱく質		kcal
/	れんこんの <sup>っ</sup> パイン缶	マヨサラ	ダ	<b>牛</b> 郭.			ヨネーズ/ごま/焼き ふ/バター/グラ		/きゅうり/コーン缶 /パイン缶		-	_
木				お麩ラスク			ニュー糖			脂 質 食塩相当量	26.6 ₃ 1 ₽	_
27	ご飯 さばのひる	<b>*</b>		牛乳						エネルキ゛ー		kcal
/	さばのみそれ	思		クラッカー			糖/こんにゃく/ごま /焼きメンみかんゼ		う/にんじん/だいこ ん/かいわれだいこん	たんぱく質	<b>£</b> 24.5	g
金	すまし汁			牛乳 みかんゼリー			リー/お菓子			脂質	17. 2	_
F	スパゲッティ	ミートソ	ース	お菓子 牛乳			スパゲッティ/バター	豚肉/粉チーズ/わか	玉ねぎノにんじんノに	食塩相当量		g kcal
28	わかめスー: バナナ	ヺ゚゚	,,	乳児用お菓子			/米サラダ油/薄力粉 /三温糖/コッペパン		んにく/コーン缶/バ	たんぱく質		
/	ハテテ 牛乳			麦茶			<b>/チョコレートクリー</b>		, ,	脂質	16. 7	g
土				チョコサンド			4			食塩相当量	₫ 1.8	g
30	ご飯 さわらの照	—— り焼き		牛乳 かぼちゃボーロ			精白米/強化米/はる さめ/ごま油/三温糖	さわら/ハム/豆腐/わかめ/みそ/牛乳/	きゅうり/玉ねぎ	エネルキ゛ー	637	kcal
/	ばんさんす みそ汁	5		本到.			/薄力粉/バター	脱脂粉乳/たまご/		たんぱく質		_
月	0 V -C 1 I			十孔 チーズマフィン	,			, ^		脂質	22. 1	
									ļ	食塩相当量	<u> 2.1</u>	g

※保育園の行事等により、献立に変更がある場合があります。
※マヨネーズは卵不使用のマヨネーズ風味のドレッシングを使用しています。



今月のかみかみメニューは、「チキンカツ」です。 前歯でがぶり!と噛み切り、奥歯で良く噛みましょう。