



令和元年 9月 学校給食予定献立表 (幼稚園)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちようしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
5	木	パン ギョウにゅう とりにくのトマトソース キャベツとツナのソテー コーンスープ	パン ジャがいも こめこ あぶら さとう オリーブあぶら	ぎょうにゅう とりにく ツナ ベーコン	コーン たまねぎ にんじん チンゲンサイ パセリ トマト バジル にんにく キャベツ こまつな	433
						19.6
6	金	なつやさいかレーライス ぎょうにゅう グリーンサラダ (ドレッシング) れいとうみかん	ごはん ジャがいも あぶら	ぎょうにゅう ぶたにく わかめ	たまねぎ なす トマト かぼちゃ あおピーマン にんにく しょうが キャベツ アスパラガス にんじん コーン みかん	500
						14.2
9	月	ごはん ギョウにゅう チンジャオロースー チンゲンさいのちゅうかあえ キムチスープ	ごはん でんぶん あぶら ごま さとう ごまあぶら	ぎょうにゅう ぶたにく ぎょうにく やきぶた	はくさい もやし たまねぎ しょうが にんじん えのきたけ にら りんご あおピーマン あかピーマン たけのこ にんにく チンゲンサイ キャベツ	441
						16.9
10	火	パン ギョウにゅう ポテトカップのかぼちゃグラタン ズッキーニのソテー にくだんごとキャベツのトマトに	パン ジャがいも チーズ オリーブあぶら こむぎこ マーガリン	ぎょうにゅう とりにく ベーコン ぶたにく	キャベツ トマト たまねぎ にんじん さやいんげん かぼちゃ ズッキーニ にんにく	466
						15.8
11	水	わかめごはん ギョウにゅう ゴーヤのかきあげ ◆れんこんのマヨネーズあえ かぼちゃのみそしる	ごはん こむぎこ あぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎょうにゅう わかめ みそ あぶらあげ ちくわ チキンハム	かぼちゃ たまねぎ にんじん えのきたけ はねぎ ゴーヤ ごぼう れんこん キャベツ	473
						13.9
12	木	パン 牛乳 とりにくのオレンジソースに マカロニサラダ レタススープ	パン ジャがいも マーメイド マカロニ ノンエッグマヨネーズ あぶら	ぎょうにゅう ベーコン とりにく チキンハム	レタス たまねぎ にんじん さやいんげん みかん にんにく キャベツ コーン	453
						20.9
13	金	★行事食【お月見】★ ごはん ギョウにゅう さといものそぼろに ◆こまつなとごぼうのごまあえ だんごいりすましじる ぶどう	ごはん もち さといも さとう でんぶん あぶら ごま	ぎょうにゅう かまぼこ あぶらあげ ぶたにく とりにく	たまねぎ えのきたけ はねぎ さやいんげん こまつな ごぼう きよほう もやし	475
						17.0
17	火	パン ギョウにゅう ブルーベリージャム あつあげのカレーいため ピーマンとハムのソテー やさいスープ	パン ジャがいも さとう あぶら ジャム	ぎょうにゅう とりにく あつあげ ぶたにく ポークハム	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん こまつな にんにく あおピーマン もやし	427
						18.7
18	水	ごはん ギョウにゅう さけのあますあんかけ もやしのにんにくじょうゆ ぶたじる	ごはん でんぶん あぶら さとう	ぎょうにゅう ぶたにく あぶらあげ さつまあげ とうふ みそ さけ やきぶた	たまねぎ ごぼう にんじん はねぎ あかピーマン あおピーマン もやし キャベツ にんにく	470
						21.9
19	木	こくとうパン ギョウにゅう プレーンオムレツ ベーコンポテト にくだんごスープ	パン くらざとう あぶら ジャがいも こむぎこ でんぶん	ぎょうにゅう ベーコン とりにく たまご ぶたにく だいす	たけのこ キャベツ もやし えのきたけ にんじん はねぎ たまねぎ パセリ	442
						17.8
20	金	ごはん ギョウにゅう ◆ちくぜんに キャベツのうめあえ ごじる いちじくゼリー	ごはん ジャがいも さとう あぶら ごまあぶら	ぎょうにゅう あぶらあげ わかめ とうふ だいす とうにゅう とりにく ちくわ チキンハム かつおぶし みそ	だいこん はねぎ ごぼう たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん キャベツ きゅうり うめぼし いちじく	463
						18.2
24	火	パン ギョウにゅう ささみカツ (ソース) ◆ごぼうサラダ コーンクリームスープ	パン バター こむぎこ パンこ あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎょうにゅう ベーコン とりにく ポークハム みそ	コーン たまねぎ にんじん パセリ ごぼう きゅうり	483
						20.1
25	水	ごはん ギョウにゅう ツナそぼろいため いんげんのすりごまあえ おやこじる ◆かみかみめ	ごはん でんぶん あぶら さとう ごま	ぎょうにゅう とりにく たまご とうふ かまぼこ ツナ だいす こんぶ	ほうれんそう たまねぎ にんじん ほししいたけ しょうが さやいんげん キャベツ	457
						22.4
26	木	パン ギョウにゅう ハンバーグデミソース スパゲティカレーソテー チンゲンサイスープ	パン ジャがいも さとう でんぶん スパゲティ あぶら	ぎょうにゅう ぶたにく とりにく ベーコン	はくさい にんじん ほししいたけ チンゲンサイ しょうが たまねぎ あおピーマン コーン	443
						19.4
27	金	ごはん ギョウにゅう ぶりかけ あつあげのそぼろに ◆ほうれんそうとキャベツのたくあんあえ ばちじる	ごはん ばち さとう でんぶん ごま	ぎょうにゅう あぶらあげ あつあげ ぶたにく かつお あおのり	たまねぎ だいこん ほししいたけ にんじん はねぎ さやいんげん ほうれんそう キャベツ たくあん	438
						16.6
30	月	パン ギョウにゅう ほきのレモンソース チンゲンサイとコーンのソテー ミネストローネ	パン ジャがいも マカロニ でんぶん さとう あぶら	ぎょうにゅう ベーコン ほき だいす	たまねぎ にんじん セロリー さやいんげん トマト レモン パセリ チンゲンサイ コーン キャベツ	440
						19.7