



## 平成28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)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
5	月	パン ぎゅうにゅう とりにくのさっぱり ◆ごぼうサラダ じゃがいものスープ いちごジャム	パン じゃがいも さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ポークハム みそ	にんじん コーン チンゲンサイ にんにく しょうが たまねぎ ごぼう きゅうり いちご	461
						18.1
6	火	パン ぎゅうにゅう ホキのレモンソース チンゲンサイとコーンのソテー ミネストローネ	パン じゃがいも マカロニ でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ベーコン だいず ホキ	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	434
						20.4
7	水	わかめごはん ぎゅうにゅう ちくぜんに キャベツのうめあえ とうがんとみそしる れいとうみかん	ごはん じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とうふ みそ とりにく ちくわ ぶたにく チキンハム かつおぶし	とうがん たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう こんにゃく さやいんげん キャベツ みかん きゅうり うめ りんご	460
						18.3
8	木	チーズパン ぎゅうにゅう とりにくのバーベキューソース スパゲティのソテー チンゲンサイのスープ きよほう	パン さとう スパゲティ あぶら	ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく とうふ 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 レモン たまねぎ にんにく りんご ピーマン コーン きよほう	451
						23.1
9	金	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごのすぶたふう キャベツのツナあえ ワンタンスープ	ごはん ワンタンのかわ ごまあぶら さとう あぶら でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ とりにく	にんじん もやし えのきたけ ねぎ たまねぎ たけのこ ピーマン ほししいたけ しょうが キャベツ ほうれんそう	436
						16.8
12	月	ごはん ぎゅうにゅう あげきょうざ(2こ) さんしょくあえ マーボーとうふ	ごはん さとう こめこ でんぷん あぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ かつおぶし	ねぶかねぎ しょうが にら にんにく こまつな キャベツ はくさい コーン	495
						19.8
13	火	パン ぎゅうにゅう さけのあますあんかけ ◆きりほしたいこんのサラダ(ドレッシング) コンソメスープ	パン じゃがいも ごま でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく さけ チキンハム	キャベツ にんじん コーン たまねぎ パセリ ピーマン あかピーマン きりほしたいこん きゅうり	443
						20.3
14	水	なつやさいカレー ぎゅうにゅう むしシューマイ(2こ) ◆チンゲンサイのじゃこあえ	ごはん じゃがいも あぶら ごま パンこ でんぷん さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ちりめんじゃこ ぶたにく	たまねぎ トマト なす にんにく かぼちゃ さやいんげん しょうが チンゲンサイ もやし	444
						16.3
15	木	ミニパン ぎゅうにゅう とりにくのからあげ キャベツのごまあえ はるさめスープ	パン はるさめ でんぷん こめこ ごま あぶら さとう	ぎゅうにゅう ポークハム わかめ とりにく	もやし にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ しょうが キャベツ こまつな にんにく	423
						19.1
16	金	そぼろどんぶり ぎゅうにゅう いものこじる おつきみゼリー	ごはん さといも さとう あぶら ココナッツ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ぶたにく たまご	ごぼう こんにゃく ねぎ にんじん まいたけ さやいんげん しょうが みかん ぶどう	497
						20.1
20	火	スパゲティイタリアン ぎゅうにゅう たまごのてりに おんやさい(ドレッシング)	スパゲティ さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム たまご	なす たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム きゅうり キャベツ コーン	414
						19.9
21	水	なめし ぎゅうにゅう ひじきいりかきあげ ほうれんそうのおひたし とうふじる	ごはん こむぎこ あぶら さつまいも	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ ひじき えび かつおぶし たまご	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ さやいんげん ほうれんそう あおな もやし	428
						15.6
23	金	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに ばんさんすう ゆばのすましじる	ごはん ぶ さとう はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ゆば さば みそ チキンハム	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ にんじん きゅうり もやし	446
						20.8
26	月	こくとうパン ぎゅうにゅう ほしのコロック やさいのオイスターソースいため ちゅうかスープ なし	パン こくとう あぶら さとう じゃがいも パンこ こむぎこ でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく やきぶた ぶたにく	もやし ほししいたけ ねぎ にんじん たまねぎ キャベツ にら なし	468
						15.8
27	火	パン ぎゅうにゅう ハンバーグのあますあんかけ ほうれんそうとコーンのソテー かぼちゃのポタージュ	パン さとう でんぷん バター こむぎこ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ しめじ ピーマン あかピーマン ほうれんそう もやし コーン	485
						18.9
28	水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのかくに こふきいも わかめスープ かんこくのり	ごはん さとう でんぷん じゃがいも	ぎゅうにゅう とうふ とりにく わかめ ぶたにく のり	たまねぎ にんじん ねぎ まいたけ こんにゃく パセリ しょうが にんにく	440
						20.3
29	木	パン ぎゅうにゅう ウィナーのケチャップソース もやしのカレーいため ぎょうざスープ りんごジャム	パン あぶら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ベーコン ポークウィナー ぶたにく	はくさい にんじん ねぎ ほししいたけ しょうが もやし ピーマン りんご チンゲンサイ	467
						17.2
30	金	ごはん ぎゅうにゅう さんまのかばやきふう ◆こまつなとごぼうのごまあえ とんじる いちじくゼリー	ごはん でんぷん あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ さんま	なす たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ しょうが こまつな ごぼう もやし いちじく	480
						19.2