

2023年09月

予定献立表



認定こども園 両野こども園(一般)

日	曜	昼食献立名	1・2歳児 10時おやつ	3時おやつ	きいろ			
					熱と力になるもの		あか	みどり
							血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	金	カレーうどん ブロッコリーのフレンチサラダ ポリポリ小魚	ピーチゼリー	牛乳 しらたまだんご	ゆでうどん、じゃがいも、白玉粉、 黒砂糖、油、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚小間、きな粉	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、きゅうり、黄ピーマン	
2	土	黒パン 幼児りんご トマトとツナのスパゲティ もやしのおえもの	幼児牛乳 カルシウムせんべい	グレーゼリー マリービスケット	スパゲティ、コップパン、油、ごま油	ツナ油漬缶	りんご濃縮果汁、もやし、トマト、たまねぎ、きゅうり、にんじん、マッシュルーム缶	
4	月	とりごもくごはん こまつなのつなあえ 麩のすまし汁	ほうじ茶 かりんとう	スキムミルク 揚げばん	米、コップパン、しらたき、油、焼 飯、砂糖	鶏肉、脱脂粉乳、ツナ油漬缶、油 揚げ	こまつな、にんじん、ごぼう、きゅうり、えの きたけ、しいたけ、ねぎ、いんげん	
5	火	食パン ほうれん草のコーンスープ マカロニグラタン もやしとハムのサラダ	麦茶 フレンビスケット	スポロン えびせんべい	マカロニ、油	牛乳、鶏肉、とろけるチーズ、ハ ム	もやし、たまねぎ、クリームコーン缶、ほうれ んそう、しめじ、にんじん、きゅうり、コーン 缶	
6	水	食パン 冬瓜とウィンナーのスープ ぶたにくのから揚げ グリーンサラダ	オレンジゼリー	麦芽飲料 さつま芋ケーキ	さつまいも、片栗粉、ホットケーキ 粉、油	牛乳、豚角肉、チーズ、卵、ポー クビッツ、バター	レタス、キャベツ、ブロッコリー、とうが ん、きゅうり、セロリ、にんにく、しょうが	
7	木	米 けんちん汁 さばのしおやき そくせきづけ	麦茶 かんぱん	植物性プリン 野菜と小麦のクラッカー	米、さといも、切りこんにゃく、油	さば、木綿豆腐	キャベツ、きゅうり、だいこん、にんじん、ね ぎ、ごぼう	
8	金	米 むぎちゃ ぶたにくのてりやき かんとんふうやさしいため	幼児りんご ぱりんこ	スキムミルク チョコチップクッキー	米、小麦粉、砂糖、ごま油	豚小間、脱脂粉乳、バター、卵、な ると	キャベツ、たまねぎ、たけのこ(水煮)、にん じん、まいたけ、しょうが	
9	土	ツナサンド フルーツサラダ もやしとねぎのスープ	けんこうヨーグルト	幼児りんご ハッピーターン	マヨドレ、油	ツナ油漬缶	りんご濃縮果汁、レタス、きゅうり、みかん 缶、もやし、たまねぎ、ねぎ、にんじん	
11	月	食パン わかめスープ ポパイオムレット みずなサラダ	幼児野菜フルーツ あじしらべ	牛乳 梨 星たべよ	油、ごま(乾)、ごま油	牛乳、卵、とろけるチーズ、ハム、 牛乳、しらす干し、ちりめんじゃこ	なし、みずな、ほうれんそう、たまねぎ、にん じん、えのきたけ、カットわかめ	
12	火	ぶたどん ほうれん草としめじのごまあえ みそ汁(あざりと三つ葉)	麦茶 リッツ	幼児野菜フルーツ ウエハース	米、しらたき、油、砂糖、ごま	豚小間、木綿豆腐、なると、米み そ、あざり水煮缶	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、にんじん、 しめじ、たけのこ(水煮)、しいたけ、みつ ば、しょうが	
13	水	食パン もち麦入りトマトスープ 鶏肉のソテーカレー野菜あんかけ かぼちゃのサラダ	グレーゼリー	クリームチーズ和え ルヴァンクラッカー	もち麦、油	鶏むね肉、クリームチーズ、鶏角肉	日本かぼちゃ、たまねぎ、もやし、パナナ、 きゅうり、もも缶、みかん缶、パイナップ 缶、えのきたけ、にんじん、トマトピューレ、コーン 缶、ピーマン	
14	木	米 幼児やさしい りきゅうあげ 小松菜のしょうがあえ きりこんぶとねぎのきんぴら	幼児りんご ぱりんこ	まきばヨーグルト アニマルヨーチ	米、さつまいも(皮付)、油、小麦 粉、ごま(乾)、ごま油	ヨーグルト(加糖)、ちくわ、卵	こまつな、にんじん、きゅうり、ねぎ、切り昆 布、しょうが	
15	金	とりごもくごはん こまつなのつなあえ 麩のすまし汁	ほうじ茶 かりんとう	スキムミルク 揚げばん	米、コップパン、しらたき、油、焼 飯、砂糖	鶏肉、脱脂粉乳、ツナ油漬缶、油 揚げ	こまつな、にんじん、ごぼう、きゅうり、えの きたけ、しいたけ、ねぎ、いんげん	
16	土	黒パン 幼児りんご トマトとツナのスパゲティ もやしの和え物	幼児牛乳 カルシウムせんべい	オレンジゼリー マリービスケット	スパゲティ、コップパン、油、ごま 油	ツナ油漬缶	りんご濃縮果汁、もやし、トマト、たまねぎ、 きゅうり、にんじん、マッシュルーム缶	
19	火	食パン ほうれん草のコーンスープ マカロニグラタン もやしとハムのサラダ	麦茶 フレンビスケット	ミルージュ えびせんべい	マカロニ、油	牛乳、鶏肉、とろけるチーズ、ハ ム	もやし、たまねぎ、クリームコーン缶、ほうれ んそう、しめじ、にんじん、きゅうり、コーン 缶	
20	水	食パン 冬瓜とウィンナーのスープ ぶたにくのから揚げ グリーンサラダ	オレンジゼリー	麦芽飲料 さつま芋ケーキ	さつまいも、片栗粉、ホットケー キ粉、油	牛乳、豚角肉、チーズ、卵、ポー クビッツ、バター	レタス、キャベツ、ブロッコリー、とうが ん、きゅうり、セロリ、にんにく、しょうが	
21	木	カレーうどん ブロッコリーのフレンチサラダ あげとうもろこし	麦茶 かんぱん	植物性プリン 野菜と小麦のクラッカー	ゆでうどん、じゃがいも、油、砂糖	豚小間	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、きゅう り、黄ピーマン	
22	金	米 むぎちゃ ぶたにくのてりやき かんとんふうやさしいため	幼児りんご ぱりんこ	スキムミルク チョコチップクッキー	米、小麦粉、砂糖、ごま油	豚小間、脱脂粉乳、バター、卵、な ると	キャベツ、たまねぎ、たけのこ(水煮)、にん じん、まいたけ、しょうが	
25	月	食パン わかめスープ ポパイオムレット みずなサラダ	幼児野菜フルーツ あじしらべ	麦芽飲料 栗 星たべよ	くり、油、ごま(乾)、ごま油	牛乳、卵、とろけるチーズ、ハム、 牛乳、しらす干し、ちりめんじゃこ	みずな、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、 えのきたけ、カットわかめ	
26	火	ぶたどん ほうれん草としめじのごまあえ みそ汁(あざりと三つ葉)	麦茶 リッツ	幼児野菜フルーツ ウエハース	米、しらたき、油、砂糖、ごま	豚小間、木綿豆腐、なると、米み そ、あざり水煮缶	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、にんじん、 しめじ、たけのこ(水煮)、しいたけ、みつ ば、しょうが	
27	水	食パン もち麦入りトマトスープ 鶏肉のソテーカレー野菜あんかけ かぼちゃのサラダ	グレーゼリー	クリームチーズ和え ルヴァンクラッカー	押麦、油	鶏むね肉、クリームチーズ、鶏角肉	日本かぼちゃ、たまねぎ、もやし、パナナ、 きゅうり、もも缶、みかん缶、パイナップ 缶、えのきたけ、にんじん、トマトピューレ、コーン 缶、ピーマン	
28	木	米 幼児やさしい りきゅうあげ 小松菜のしょうがあえ きりこんぶとねぎのきんぴら	幼児りんご ぱりんこ	まきばヨーグルト アニマルヨーチ	米、さつまいも、油、小麦粉、ごま (乾)、ごま油	ヨーグルト、ちくわ、卵	こまつな、にんじん、きゅうり、ねぎ、切り昆 布、しょうが	
29	金	米 けんちん汁 さばの塩焼き そくせきづけ	ピーチゼリー	幼児ぶどう ワッフル	米、さといも、切りこんにゃく、油	さば、木綿豆腐	ぶどう濃縮果汁、キャベツ、きゅうり、だい こん、にんじん、ねぎ、ごぼう	
30	土	米 かきたま汁 とうふのあげだんご おんやさいサラダ	けんこうヨーグルト	幼児りんご ハッピーターン	米、油、片栗粉、ごま	押豆腐、卵、鶏ひき肉	りんご濃縮果汁、かぶ、ブロッコリー、ねぎ、 にんじん、ごぼう、にら、ひじき、かぶ菜	

*献立は、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

*コードモナアプリでも献立が見られます。ぜひご活用ください。

<月平均栄養価>

3歳以上児

3歳未満児

エネルギー

540kcal

494kcal

たんぱく質

21.1g

17.8g

脂質

17.9g

14.7g

食塩相当量

1.9g

1.6g

★今年は、9月29日が十五夜です。

☆給食試食会は、9月30日(土)です。