



こんだてひょう

令和5年9月1日 王司保育園 3歳以上児クラス



日中はまだ暑さが残りますが、朝夕の風は秋の気配を感じさせるようになりました。夏の陽ざしをいっぱい浴びた子どもたちはたくましく、ひと回り大きくなった感じがします。

今月は毎日の活動量が増え、子どもたちの食欲が増していくでしょう。



日	曜	献立名	主な材料	おやつ
1	金	防災給食(ポークカレー) コーンフレークのバリバリサラダ	カレールー 豚肉 にんじん りんご 玉ねぎ にんにく しょうが トマトケチャップ コンソメ 牛脂 スキムミルク 小松菜 もやし トマト にんじん きゅうり コーンフレーク 穀物酢 上白糖 塩 サラダ油	牛乳 クッキー
2	土	ぶっかけうどん バナナ	うどん トマト 鶏卵 上白糖 サラダ油 若鶏もも肉 濃口しょうゆ きゅうり レタス カットわかめ 油揚げ 昆布 かつお節 みりん 天かす バナナ	ヨーグルト
4	月	秋鮭のムニエル さつまいもとりんごの重ね煮 飛鳥汁	紅鮭 塩 こしょう 薄力粉 有塩バター サラダ油 さつまいも りんご 上白糖 昆布 かつお節 にんじん 大根 板こんにゃく 生しいたけ えのきたけ わげぎ 木綿豆腐 スキムミルク 米味噌	牛乳 せんべい
5	火	スパニッシュオムレツ えのき和え コンソメスープ オレンジ	鶏卵 ウィンナーソーセージ ジャガ芋 玉ねぎ グリンピース 牛乳 パルメザンチーズ サラダ油 キャベツ トマトケチャップ えのきたけ味付 大根 にんじん 固形ブイヨン 豚もも肉 ぶなしめじ バレンシアオレンジ	お茶 おにぎり
6	水	スタミナ納豆丼 コロコロサラダ わかめスープ	鶏ミンチ ごま油 しょうが にんにく かつお節 濃口しょうゆ 清酒 納豆 焼きのり 小ねぎ きゅうり 西洋かぼちゃ 赤パプリカ プロセスチーズ サウザンドレッシング カットわかめ 木綿豆腐 いらごま	牛乳 ドーナツ
7	木	鶏肉のトマト煮込み ほうれん草の和え物 梨	若鶏もも肉 大豆水煮缶 ジャガ芋 玉ねぎ サラダ油 有塩バター トマト水煮缶 トマトケチャップ 上白糖 固形ブイヨン パルメザンチーズ ほうれん草 油揚げ えのきたけ かに風味かまぼこ 濃口しょうゆ 日本梨	カルピス ポテトチップ
8	金	魚の竜田揚げ 野菜の三色漬け 味噌汁	あかうお 濃口しょうゆ 清酒 しょうが にんにく 片栗粉 サラダ油 きゅうり キャベツ 赤パプリカ ごま油 穀物酢 上白糖 塩 木綿豆腐 ほうれん草 生しいたけ さつまいも 煮干し 麦味噌	牛乳 クッキー
9	土	ミートスパゲティ チーズ	スパゲティ 合挽ミンチ 玉ねぎ にんじん 青ピーマン サラダ油 トマトケチャップ トマトピューレー 固形ブイヨン グリンピース プロセスチーズ	プリン
11	月	ツナ三色丼 ごぼうサラダ かきたま汁	シーチキン油漬 玉ねぎ 濃口しょうゆ スイートコーン缶 上白糖 さやいんげん 焼きのり ごぼう きゅうり にんじん かに風味かまぼこ いらごま マヨネーズ 木綿豆腐 ぶなしめじ 小ねぎ 昆布 カットわかめ 鶏卵	牛乳 クラッカー
12	火	チキンカツ キャベツのごま酢和え 芋汁	若鶏むね肉 薄力粉 鶏卵 パン粉 サラダ油 中濃ソース トマト キャベツ きゅうり にんじん いらごま 上白糖 塩 里芋 さつまいも 板こんにゃく ごぼう 豚肩肉 煮干し 麦味噌 小ねぎ	カルピス 2色サンド
13	水	蒲焼き にんじんのドレッシング和え すまし汁	さんま蒲焼き 薄力粉 サラダ油 みりん 濃口しょうゆ 清酒 上白糖 しょうが トマト レタス にんじん きゅうり レーズン フレンチドレッシング キャベツ 生しいたけ 焼きふ 油揚げ 昆布 かつお節	牛乳 カステラ
14	木	高野豆腐の卵とじ ほうれん草のソテー ヨーグルト	凍り豆腐 豚肩肉 玉ねぎ にんじん さやいんげん かつお節 薄口しょうゆ みりん 鶏卵 ジャガ芋 ほうれん草 スイートコーン缶 エリンギ ロースハム 固形ブイヨン 塩 こしょう 有塩バター ヨーグルト	お茶 せんべい
15	金	豚肉のしょうが焼き 野菜のスキム酢漬け あおさの味噌汁	豚もも肉 しょうが にんにく 濃口しょうゆ 上白糖 カレー粉 片栗粉 玉ねぎ 青ピーマン スキムミルク サラダ油 レタス 大根 にんじん きゅうり 穀物酢 ごま油 煮干し 麦味噌 木綿豆腐 ジャガ芋 あおさ	牛乳 クッキー
16	土	ナポリタン バナナ	スパゲッティ 塩 ウィンナーソーセージ 玉ねぎ にんじん ぶなしめじ サラダ油 青ピーマン トマトケチャップ ウスターソース トマトピューレ パルメザンチーズ こしょう バナナ	ゼリー
19	火	ヤーコン麺 野菜のかき揚げ りんご	ヤーコン麺 若鶏もも肉 濃口しょうゆ 上白糖 ほうれん草 にんじん 乾しいたけ 昆布 かつお節 みりん さつまいも 玉ねぎ 青ピーマン 薄力粉 鶏卵 サラダ油 りんご	お茶 焼きそば
20	水	豆腐ハンバーグ 菊花和え わかめスープ	木綿豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 サラダ油 有塩バター 濃口しょうゆ みりん トマト 清酒 サラダ菜 ほうれん草 ぶなしめじ 穀物酢 カットわかめ ロースハム キャベツ にんじん 生しいたけ	牛乳 ドーナツ
21	木	魚の煮付け ひじきサラダ きのこ汁	あかうお しょうが 濃口しょうゆ 清酒 みりん ジャガ芋 干しひじき きゅうり にんじん 小ねぎ 麦味噌 れんこん 玉ねぎ サウザンドレッシング マヨネーズ ぶなしめじ えのきたけ エリンギ しいたけ 焼き豆腐	カルピス ポテトチップ
22	金	厚揚げのオイスター炒め きゅうりのゆかり和え ミルクスープ	生揚げ 豚肩ロース肉 キャベツ 小松菜 赤パプリカ にんじん しょうが にんにく ごま油 固形ブイヨン オイスターソース 清酒 きゅうり ゆかり ベーコン さつまいも 玉ねぎ ぶなしめじ スイートコーン缶 牛乳	牛乳 せんべい
25	月	豚肉とじゃが芋のバターしょうゆ焼き 切干大根の甘酢和え 味噌汁	豚肩ロース肉 ジャガ芋 玉ねぎ サラダ油 有塩バター 濃口しょうゆ みりん 上白糖 パセリ 切干大根 きゅうり にんじん 穀物酢 塩 いらごま キャベツ ぶなしめじ 煮干し 麦味噌	牛乳 クラッカー
26	火	ポテトコロッケ コーンスープ 野菜のさっぱりマリネ	ジャガ芋 合挽ミンチ 玉ねぎ にんじん サラダ油 牛乳 スキムミルク 薄力粉 パン粉 レタス トマト 鶏卵 スイートコーン缶クリーム 豆乳 固形ブイヨン パセリ きゅうり 穀物酢 上白糖 塩 こしょう	カルピス パンケーキ
27	水	魚のソテー味噌ソースがけ キャベツの塩昆布和え 根菜汁	あかうお 塩 薄力粉 サラダ油 米味噌 上白糖 みりん キャベツ きゅうり 塩昆布 刻み昆布 いらごま さつまいも 大根 にんじん 小ねぎ 昆布 かつお節 薄口しょうゆ	牛乳 カステラ
28	木	筑前煮 味噌汁 オレンジ	若鶏もも肉 生揚げ 板こんにゃく 里芋 れんこん ごぼう にんじん 乾しいたけ サラダ油 濃口しょうゆ みりん さやいんげん なす 玉ねぎ 西洋かぼちゃ 小ねぎ 麦味噌 カットわかめ バレンシアオレンジ	お茶 せんべい
29	金	きのこの炊き込みご飯 鶏肉のマヨネーズ和え かき玉汁	ぶなしめじ えのきたけ 若鶏むね肉 乾しいたけ にんじん ごぼう 油揚げ 板こんにゃく 若鶏ささ身 清酒 きゅうり ジャガ芋 マヨネーズ パルメザンチーズ 鶏卵 玉ねぎ カットわかめ かつお節 昆布	牛乳 クッキー
30	土	ちゃんぽん バナナ	中華めん 豚肩肉 赤板 むきえび キャベツ にんじん 緑豆もやし 玉ねぎ 小ねぎ サラダ油 顆粒中華だし 薄口しょうゆ 清酒 塩 こしょう バナナ	ヨーグルト