



8・9月きゅうしょくこんだて

認定こども園 長岡みのり幼稚園

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価	1. 2歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
				エネルギー たんぱく質 脂肪		
8月28日	火	枝豆ごはん・ナスと玉ねぎのみそ汁・豆腐ハンバーグ・梅ぼん和え・カットゼリー	米・枝豆・ナス・玉ねぎ・油揚げ・豆腐・もやし・きゅうり・竹輪・梅・カットゼリー	443kcal 13.6g 12.3g	ヨーグルト	きなこマカロニ
8月29日	水	ちゃんぽん風ラーメン・和風ドレッシングサラダ・フルーツヨーグルト	中華麺・キャベツ・とうもろこし・にんじん・きぬさや・しめじ・かまぼこ・豆腐・きゅうり・ハム・白焼缶・みかん缶・ヨーグルト	530kcal 19.1g 13.9g	ビスケット	蒸しぼん
8月30日	木	ごはん・夏野菜のトマトチキンスープ・あじフライ・しょうゆフレンチ・スイカ	米・玉ねぎ・ナス・ズッキーニ・人参・パプリカ・ピーマン・トマト・あじフライ・ほうれん草・もやし・ハム・スイカ	430kcal 16.0g 11.2g	バナナ	おにぎり
8月31日 8月生会	金	ハヤシライス・モロヘイヤフープ・マカロニサラダ・デザート	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・モロヘイヤ・とうもろこし・人参・マカロニ・きゅうり・キャベツ・ハム・デザート	600kcal 15.3g 21.8g	豆乳	せんべい
9月3日	月	ごはん・三つ葉と豆腐のすまし汁・さんま蒸し煮・いとりのサラダ・フルーチェ	米・豆腐・三つ葉・玉ねぎ・さんま・いとり・人参・きゅうり・ツナ・フルーチェ・牛乳	442kcal 14.6g 15.7g	バナナ	おにぎり
9月4日	火	丸パン(いちご&マーガリン)・ポークビーンズ・ツナとキャベツのサラダ・メロン	丸パン・いちご&マーガリン・大豆・玉ねぎ・人参・じゃがいも・マッシュルーム・いんげん・キャベツ・ツナ・しめじ・きゅうり・メロン	589kcal 21.5g 28.6g	せんべい	フライドポテト
9月5日	水	サフランライスチキンクリームがけ・カラフルサラダ・フルーツポンチ	米・サフラン・鶏肉・人参・玉ねぎ・ベーコン・マッシュルーム・しめじ・キャベツ・きゅうり・とうもろこし・ハム・白焼缶・みかん缶・バナナ	538kcal 15.1g 9.8g	豆乳	豆腐パンケーキ
9月6日	木	ごはん・じゃが芋と玉ねぎのみそ汁・春巻き・五色和え・梨	米・玉ねぎ・じゃが芋・春巻き・ほうれん草・人参・干しひじき・かまぼこ・ハム・梨	471kcal 8.6g 16.3g	オレンジ	おにぎり
9月7日	金	カレーうどん・海苔酢和え・ヨーグルト	うどん・人参・ねぎ・玉ねぎ・油揚げ・豚肉・しいたけ・かまぼこ・ほうれん草・もやし・きざみのり・ツナ・ヨーグルト	478kcal 19.1g 13.7g	豆乳	蒸しパン
9月10日	月	ごはん・豆腐となめこのみそ汁・ごま唐揚げ・ほうれん草のおかか和え・カットゼリー	米・豆腐・なめこ・鶏肉・ほうれん草・えのき・人参・削り節・カットゼリー	512kcal 21.0g 11.7g	牛乳	ビスケット
9月11日	火	ごはん・春雨スープ・しょうが焼き・キャベツの白和え	米・春雨・小松菜・玉ねぎ・人参・ハム・豚肉・しめじ・キャベツ・豆腐	420kcal 19.4g 10.9g	バナナ	おにぎり
9月12日	水	なすのミートスパゲッティ・牛乳・胡麻味噌サラダ・オレンジ	ソフト麺・人参・玉ねぎ・ナス・豚ひき肉・牛ひき肉・トマト缶・グリーンピース・牛乳・キャベツ・もやし・きゅうり・オレンジ	581kcal 21.5g 18.7g	ビスケット	おからドーナツ
9月13日	木	ごはん・大根と油揚げのみそ汁・鮭の煮魚・じゃが芋きんぴら・ぶどう	米・大根・油揚げ・鮭・じゃが芋・人参・竹輪・いんげん・ぶどう	412kcal 18.2g 5.8g	ヨーグルト	せんべい
9月14日	金	中華丼・牛乳・胡麻酢和え・バナナ	米・白菜・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・きくらげ・豚肉・筍・牛乳・小松菜・もやし・ごま・バナナ	475kcal 13.8g 18.2g	ゼリー	おにぎり
9月18日	火	塩ラーメン・花野菜サラダ・秋のフルーツポンチ	中華麺・豚肉・キャベツ・にんじん・なると・玉ねぎ・もやし・ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・とうもろこし・りんご・梨・白焼缶・みかん缶	532kcal 18.3g 10.0g	ヨーグルト	せんべい
9月19日	水	舞茸ごはん・麩のみそ汁・和風肉団子・小松菜と油揚げのお浸し	米・まいたけ・人参・麩・玉ねぎ・キャベツ・肉団子・小松菜・油揚げ	377kcal 14.4g 7.8g	豆乳	蒸しパン
9月20日	木	食パン(ブルーベリージャム)・スパゲッティスープ・かぼちゃひき肉フライ・コールスローサラダ・チーズ	食パン・ブルーベリージャム・スパゲッティ・玉ねぎ・にんじん・ベーコン・かぼちゃひき肉フライ・キャベツ・とうもろこし・きゅうり・ハム・チーズ	536kcal 15.6g 25.3g	バナナ	きなこマカロニ
9月21日 秋の遠足 0.1.2歳のみ給食	金	麻婆豆腐丼・牛乳・ささみときゅうりの胡麻マヨサラダ・バナナ	米・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・ニラ・ねぎ・牛乳・ささみ・きゅうり・きゃべつ・バナナ	518kcal 19.4g 20.5g	ビスケット	おにぎり
9月25日	火	ごはん・きのこのクリームスープ・照り焼きチキン・かぼちゃとさつまいものサラダ・梨	米・マッシュルーム・まいたけ・しめじ・玉ねぎ・豆腐・てりやきチキン・かぼちゃ・さつまいも・きゅうり・ツナ・梨	474kcal 13.4g 9.4g	バナナ	おにぎり
9月26日 遠足準備日 0.1.2歳のみ給食	水	ごはん・絹さやと生揚げのみそ汁・チキンナゲット・なめたけ和え・カットゼリー	米・生揚げ・さやえんどう・たまねぎ・チキンナゲット・ほうれん草・もやし・人参・なめたけ・カットゼリー	418kcal 12.9g 9.7g	ヨーグルト	ビスケット
9月27日	木	味噌煮込み風うどん・牛乳・きゅうりとじゃこの酢の物・バナナ	うどん・鶏肉・ごぼう・ねぎ・しいたけ・かまぼこ・しめじ・牛乳・きゅうり・人参・玉ねぎ・ちりめんじゃこ・わかめ・バナナ	446kcal 20.4g 11.0g	梨	豆腐パンケーキ
9月28日	金	とりそばろ丼・はんぺんのすまし汁・切干大根サラダ・デザート	米・鶏ひき肉・人参・いんげん・玉ねぎ・しいたけ・はんぺん・わかめ・えのきだけ・切干大根・きゅうり・ツナ・デザート	535kcal 19.0g 13.2g	豆乳	せんべい