



# 8・9月のきゅうしよくこんだて



認定こども園 長岡みのり幼稚園

2024.8~9

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 食塩相当量		
8月27日	火	ごはん・田舎汁・鶏肉とレンコンの甘酢あん・キャベツのゆかり和え・オレンジ	米/豚肉・大根・豆腐・えのきたけ/鶏肉・れんこん・枝豆/キャベツ・人参・きゅうり・ゆかり/オレンジ	443kcal 20.0g 1.9g	ビスケット	焼きじゃが
8月28日	水	ごはん・豆腐のかきたま汁・鮭の西京焼き・じゃがいものきんぴら・りんごシャーベット	米/卵・豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ/さけ/じゃがいも・人参・さつまいも/さやいんげん/りんご	399kcal 19.6g 1.5g	白桃缶	ミニ肉まん
8月29日	木	タンメン・もやしとほうれん草の海苔酢和え・バナナ	中華麺・豚肉・人参・きくらげ・キャベツ・たまねぎ・なると・たけのこ・にら/もやし・ほうれん草・のり・シーチキン/バナナ	415kcal 19.1g 1.2g	オレンジ	おにぎり
8月30日	金	ハッシュドポーク・きのこ白菜のスープ・しょうゆフレンチ・手作りデザート	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ/白菜・えのきたけ・しめじ/ほうれん草・もやし・とうもろこし・ハム/ゼリーの素・白桃缶・みかん缶・黄桃缶・ホイップクリーム	441kcal 15.7g 2.5g	まめびよ バナナ	ポテコ
9月2日	月	ごはん・豆腐とわかめのみそ汁・生揚げのケチャップ炒め・ブロッコリーのおかか和え・バナナ	米/豆腐・わかめ・玉ねぎ/生揚げ・豚肉・玉ねぎ・ピーマン/ブロッコリー・人参・もやし・かつお節/バナナ	420kcal 19.0g 1.7g	豆乳クッキー	ホットケーキ
9月3日	火	鶏五目ごはん・肉豆腐・レンコンの胡麻マヨ和え・オレンジ	米・鶏肉・油揚げ・しいたけ・ごぼう・人参/豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・えのきたけ・しらたき・さやえんどう/レンコン・人参・きゅうり・ちくわ・ごま・ノンエッグマヨネーズ/オレンジ	453kcal 21.1g 2.0g	ソフトサラダ	フライドポテト
9月4日	水	アップルパン・手作りミートボールスープ・キャベツとツナのサラダ・ヨーグルト	アップルパン/豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・しょうが/じゃが芋・玉ねぎ・人参・しめじ・豆乳/キャベツ・シーチキン・しめじ・人参・きゅうり/ヨーグルト	447kcal 44.2g 1.6g	おやつ ソーセージ	おにぎり
9月5日	木	ごはん・豆腐となめこのみそ汁・鮭の胡麻味噌焼き・梅ぼん和え・カットゼリーりんご	米/豆腐・なめこ/あじ・ごま/もやし・きゅうり・人参・うめ/カットゼリーりんご	365kcal 15.7g 1.9g	黄桃缶	ばりんこ ばかうけ
9月6日	金	きのこの和風スープパゲッティ・ポテトのさっぱりサラダ・フルーツミックス	ソフト麺・ベーコン・鶏肉・人参・玉ねぎ・しめじ・マッシュルーム・しいたけ・えのきたけ・キャベツ/じゃがいも・きゅうり・にんじん・とうもろこし・ハム/みかん缶・白桃缶・パイン缶	459kcal 16.7g 2.8g	オレンジ	蒸しパン (いちごジャム)
9月9日	月	ごはん・沢煮椀・切りざい納豆・さつまいもサラダ・オレンジ	米/豚肉・人参・ごぼう・大根・ねぎ/納豆・のざわな・たくあん/さつまいも・きゅうり・人参・キャベツ・はむ・ノンエッグマヨネーズ/オレンジ	435kcal 16.6g 1.9g	たべっこ ベイビー	ミニピザまん
9月10日	火	ごはん・しめじと玉ねぎのみそ汁・きすの天ぷら・ささみときゅうりの胡麻マヨ和え・チーズ	米/しめじ・玉ねぎ/きす/ささみ・きゅうり・人参・キャベツ・ノンエッグマヨネーズ/チーズ	388kcal 13.2g 1.8g	パイン缶	ふラスク
9月11日	水	ごはん・ほうれん草と油揚げのみそ汁・鶏肉のアップルジンジャー・さっぱり和え・バナナ	米/ほうれん草・油揚げ/鶏肉・りんごジャム/キャベツ・きゅうり・ハム・大根・ゆかり/バナナ	366kcal 17.8g 1.7g	オレンジ	豆腐 パンケーキ
9月12日	木	野菜味噌ラーメン・切干大根の海苔胡麻サラダ・フルーツポンチ	中華麺・豚ひき肉・ねぎ・人参・もやし・キャベツ・にら・とうもろこし/切干大根・人参・きゅうり・キャベツ・シーチキン・のり/白桃缶・みかん缶・バナナ	452kcal 17.8g 1.9g	ひこうき ビスケット	おにぎり
9月13日	金	さつまいもカレー・キャベツと豆腐のスープ・大根と水菜のサラダ・手作りデザート	米・豚肉・玉ねぎ・人参・さつまいも・カレー粉/キャベツ・豆腐・もやし/大根・きゅうり・水菜・とうもろこし・ハム/ゼリーの素・白桃缶・みかん缶・黄桃缶・ホイップクリーム	470kcal 14.2g 2.5g	まめびよ ココア	ポテコ
9月17日	火	かやくうどん・レンコンとしらすの和風サラダ・お月見団子(めばえ・ひかり/お月見ゼリー)	うどん・鶏肉・かまぼこ・しいたけ・玉ねぎ・人参・ねぎ・油揚げ/レンコン・きゅうり・人参・しらす干し・ごま/たんご/ゼリー	377kcal 16.8g 2.8g	ぼたぼた焼き	おにぎり
9月18日	水	ごはん・おぼろ汁・鶏と夏野菜の揚げがらめ・コーンキャベツサラダ・オレンジ	米/おぼろ豆腐・小松菜・人参/鶏肉・かぼちゃ・なす・車麩・枝豆・米粉/とうもろこし・キャベツ・きゅうり・ハム/オレンジ	465kcal 16.4g 2.2g	バナナ	かつば えびせん
9月19日	木	ごはん・大根とキャベツのみそ汁・鯖の生姜煮・三色和え・バナナ	米/大根・油揚げ・キャベツ/さば・しょうが/ほうれん草・もやし・人参・ハム/バナナ	391kcal 17.5g 2.3g	ハッピーターン ミニ	焼きじゃが カレー味
9月20日	金	中華丼・もやしとほうれん草の塩昆布和え・みかんヨーグルト	米・豚肉・白菜・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・きくらげ・えび・たけのこ/もやし・ほうれん草・人参・塩昆布/ヨーグルト・パイン缶・みかん缶	476kcal 17.9g 1.3g	星たべよ	野菜の子チミ
9月24日	火	クロワッサン・チリコンカーン・オムレツ・りんごサラダ	クロワッサン/玉ねぎ・人参・豚ひき肉・大豆・じゃが芋・カレー粉/カレー粉・トマトジュース・ケチャップ/オムレツ/りんご・キャベツ・きゅうり・レーズン	463kcal 16.0g 2.2g	マンナ ビスケット	おにぎり
9月25日	水	ごはん・水菜ともやしのスープ・鶏のみそ焼き・小松菜のじゃこ和え・豆乳フルーチェ	米/水菜・玉ねぎ・ベーコン・もやし/鶏肉・しょうが/小松菜・きゅうり・キャベツ・ちりめんじゃこ/フルーチェ・豆乳	391kcal 20.2g 2.7g	オレンジ	きなこマカロニ
9月26日	木	秋の香りごはん・豚汁・キャベツときゅうりのおかかマヨ和え・バナナ	米・さつまいも・人参・しめじ・まいたけ/豚肉・人参・大根・ごぼう・じゃがいも・玉ねぎ・しらたき・豆腐/キャベツ・きゅうり・とうもろこし・ノンエッグマヨネーズ・かつお節/バナナ	403kcal 12.3g 1.7g	ミルク 牛乳	蒸しパン (ウインナーコーン)
9月27日	金	ごはん・豆乳みそ汁・鮭チーズフライ・なめたけ和え・オレンジ	米/キャベツ・とうもろこし・玉ねぎ・豆乳/鮭・チーズ・パン粉/ほうれん草・もやし・人参・えのきたけ/オレンジ	401kcal 14.7g 2.2g	白桃缶	サッポロポテト
9月30日	月	カレーピラフ・春雨スープ・きゅうりと人参のナムル・レモンムース	米・鶏肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・カレー粉/春雨・ほうれん草・玉ねぎ・ハム/人参・きゅうり・もやし・ごま油/レモンムース	358kcal 9.3g 1.7g	ひとくち ビスケット	桃のケーキ