



令和3年9月 献立表



認定こども園 新倉幼稚園

日付	献立名		栄養価	日付	献立名		栄養価
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)			昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	
1 水	玄米ご飯 チキンカレー オムレツ コールスローサラダ オレンジ 牛乳 防災給食	○ほしたべよ	エネルギー 522kcal たんぱく質 20.4g 脂質 22.1g 炭水化物 67.1g 塩分 2.2g	15 水	お弁当	○ほしたべよ ◎ミニメロンパン	
2 木	玄米ご飯 メルルーサの西京焼き 高野豆腐の煮物 切り干し大根のごま和え 味噌汁(じゃがいもと玉ねぎ) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎コーンパン	エネルギー 565kcal たんぱく質 23.0g 脂質 12.2g 炭水化物 71.6g 塩分 1.9g	16 木	玄米ご飯 白身魚フライもち麦タルタルソース アスパラときのご炒め きんぴらごぼう 味噌汁(豆腐、わかめ) 牛乳 かみかみ給食	○鉄分強化ウエハース ◎プリン	エネルギー 528kcal たんぱく質 19.5g 脂質 20.7g 炭水化物 72.5g 塩分 1.8g
3 金	キャロットパン ハムカツ マカロニサラダ(卵) もやしとピーマンソテー コーンのスープ 牛乳	○マンナビスケット ◎そうめん	エネルギー 651kcal たんぱく質 26.4g 脂質 29.8g 炭水化物 75.6g 塩分 2.3g	17 金	ほうれん草パン 切り干し大根のオムレツ ウインナーとピーマン炒め さつまいもの甘煮 ミルクスープ(もやし、にんじん) 牛乳	○マンナビスケット ◎ごまおにぎり	エネルギー 652kcal たんぱく質 21.1g 脂質 25.6g 炭水化物 80.8g 塩分 2.1g
6 月	ご飯 アジフライ 春雨サラダ ひじきと大豆の煮物 中華スープ(もやし、ねぎ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎あおのりポテト	エネルギー 560kcal たんぱく質 22.4g 脂質 25.3g 炭水化物 68.7g 塩分 1.9g	21 火	月見うどん 野菜のかき揚げ おくらおかか和え うさぎりんご 牛乳 十五夜給食	○お野菜せんべい ◎ふかし芋	エネルギー 612kcal たんぱく質 20.6g 脂質 17.4g 炭水化物 101.4g 塩分 1.7g
7 火	玄米ご飯 肉詰めいなりの煮物 さつまいもの天ぷら ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁(麩、わかめ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎ピザトースト	エネルギー 623kcal たんぱく質 29.0g 脂質 35.1g 炭水化物 82.6g 塩分 2.3g	22 水	玄米ご飯 鶏のレモン煮 スパゲッティーナポリタン カリフラワーのカレーソテー 味噌汁(小松菜、さつまいも) 牛乳	○ほしたべよ ◎ウインナーパリパリ焼き	エネルギー 530kcal たんぱく質 28.8g 脂質 19.9g 炭水化物 64.2g 塩分 2.2g
8 水	玄米ご飯 みそ麻婆丼 春巻 ほうれん草とにんじんごま和え パイン缶 牛乳	○ほしたべよ ◎フルーチェ	エネルギー 576kcal たんぱく質 17.5g 脂質 16.3g 炭水化物 67.0g 塩分 2.1g	24 金	パンキンパン コーンコロッケ ブロッコリーの卵炒め にんじんグラッセ コンソメスープ(たまねぎ、ウインナ) 牛乳	○マンナビスケット ◎お好み焼き	エネルギー 595kcal たんぱく質 17.8g 脂質 21.6g 炭水化物 65.5g 塩分 1.8g
9 木	ご飯(おはぎ) さわらの塩焼き 豚ひきと根菜煮 きゅうりとかにかま酢の物 かきたま汁 牛乳 おはぎ作り	○鉄分強化ウエハース ◎バナナ(おやつ)	エネルギー 598kcal たんぱく質 21.9g 脂質 17.9g 炭水化物 67.3g 塩分 2.1g	27 月	ご飯 豆腐ハンバーグ アスパラとコーンのソテー 粉ふき芋 ミネストローネ 牛乳	○たべっこ動物 ◎牛乳寒天	エネルギー 559kcal たんぱく質 16.2g 脂質 20.3g 炭水化物 59.4g 塩分 1.7g
10 金	ロールパン ミートボールのケチャップあん じゃがいもコロコロサラダ コーンと人参カレーソテー コンソメスープ(キャベツ、ウインナ) 牛乳	○マンナビスケット ◎焼きそば(おやつ)	エネルギー 539kcal たんぱく質 19.7g 脂質 25.9g 炭水化物 64.7g 塩分 1.8g	28 火	玄米ご飯 さばのみりん漬け かぼちゃの煮付 きゅうりちくわおかか和え 味噌汁(キャベツ、人参、えのき) 牛乳	○お野菜せんべい ◎ホットケーキ	エネルギー 541kcal たんぱく質 22.4g 脂質 17.0g 炭水化物 80.8g 塩分 2.1g
13 月	ご飯 豚丼 三色ゴマサラダ ベイクドかぼちゃ 牛乳 お誕生日ケーキ	○たべっこ動物 ◎ぶどうゼリー	エネルギー 621kcal たんぱく質 18.6g 脂質 13.6g 炭水化物 60.6g 塩分 1.6g	29 水	玄米ご飯 親子丼 フルーツヨーグルト和え 味噌汁(小松菜、にんじん、油揚げ) 牛乳	○ほしたべよ ◎青りんごゼリー	エネルギー 533kcal たんぱく質 20.6g 脂質 11.1g 炭水化物 78.4g 塩分 1.3g
14 火	玄米ご飯 かつおフライ 京がんもとなすの煮物 きゅうりとかにかま酢の物 味噌汁(しめじ、大根) 牛乳	○お野菜せんべい ◎きな粉トースト	エネルギー 536kcal たんぱく質 27.3g 脂質 18.9g 炭水化物 69.1g 塩分 2.1g	30 木	お弁当		

仕入れの都合等で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。