



8・9月のこんだて

平成29年8月28日
開 南 幼稚園



長い夏休みが終わり、新学期がはじまりました。
これからは食欲の秋、味覚の秋をむかえます。子どもたちの
成長を見守りながら、旬の食材でしっかりと身体づくり
を目指していきたいと思います。



月/日	献立名	材料名			栄養価	
		あか	きいろ	みどり	エネルギー	たんぱく質
		血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	kcal	g
8/29 (火)	夏野菜カレー 伴三系 果物・牛乳	豚肉・春雨 ハム・牛乳	米・麦 油・砂糖 カレールー	玉ねぎ・人参・ナス かぼちゃ・レタス きゅうり・すいか	384	10.5
8/31 (木)	ひやむぎ かき揚げ とうもろこし・牛乳	花かつお ちくわ・小女子 牛乳	乾めん・油 天ぷら粉	万能ねぎ・たまねぎ いんげん・とうもろこし	390	12
9/4 (月)	麦ごはん ヘルシーハンバーグ 三色和え・みそかんぷら 果物・牛乳	豚肉・豆腐・卵 みそ・牛乳	米・麦・パン粉 油・砂糖 じゃがいも	玉ねぎ・しめじ・生姜 ほうれん草・人参・もやし すいか	401	15.2
9/5 (火)	麦ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切干し大根の含め煮 果物・牛乳	鮭・みそ さつまあげ 油揚げ・牛乳	米・麦・油 マヨネーズ じゃがいも・砂糖	玉ねぎ・なす・切干し大根 人参・干しいたけ キウイ	381	16.4
9/7 (木) 年中親子給食	麦ごはん ハムサンドフライ マリネ 果物・牛乳	角ハム・卵 ちくわ 牛乳	米・麦・天ぷら粉 じゃがいも・砂糖 パン粉・油 マヨネーズ	ミックスベジ・キャベツ 玉ねぎ・パプリカ・レタス きゅうり・コーン オレンジ	411	10.8
9/11 (月)	ふりかけごはん すき焼き風煮 スパゲティサラダ 果物・牛乳	豚肉・焼豆腐 ハム・牛乳	米・麦・砂糖 スパゲティ マヨネーズ	白菜・長ネギ・人参 きゅうり・玉ねぎ・レタス メロン	403	11.8
9/12 (火)	ピザトースト グリーンサラダ オニオンスープ 果物・牛乳	ベーコン チーズ・ハム 牛乳	食パン・砂糖 ピザソース	玉ねぎ・ピーマン・しめじ レタス・きゅうり・水菜 キャベツ・コーン オレンジ	383	17.8
9/14 (木)	麦ごはん スコッチエッグ 青菜とベーコンの炒めもの 果物・牛乳	豚肉・うずら卵 ベーコン・牛乳	米・麦・天ぷら粉 パン粉・油 ソース	玉ねぎ・レタス・きゅうり チンゲン菜・コーン しめじ・梨	375	14
9/19 (火)	チキンライス 中華サラダ 果物・牛乳	鶏肉・ささみ 春雨・牛乳	米・もち米 油・砂糖	グリーンピース・玉ねぎ 人参・ピーマン・レタス もやし・キウイ	368	8.5
9/21 (木)	ジャージャー麺 じゃがいものウインナー炒め 果物・牛乳	豚肉・みそ ウインナー 牛乳	麺・油 じゃがいも	干しいたけ・長ネギ にんにく・しょうが もやし・きゅうり ぶどう	444	19.2
9/25 (月)	ドライカレー かぼちゃの素揚げ フレンチサラダ 果物・牛乳	豚肉・ちくわ 牛乳	米・麦・油 カレー粉 ウスター ブイヨン	ピーマン・人参・玉ねぎ にんにく・かぼちゃ レタス・きゅうり ブロッコリー・梨	386	12.2
9/26 (火)	麦ごはん さんまのかば焼き 具だくさんみそ汁 果物・牛乳	さんま・油揚げ みそ・牛乳	米・麦 片栗粉・油 砂糖	もやし・にら・キャベツ 玉ねぎ・しめじ・大根 ぶどう	396	16.5
9/28 (木)	味ごはん 松風焼き お浸し 果物・牛乳	鶏肉・油揚げ 豚肉・卵・みそ 牛乳	米・もち米 パン粉・砂糖 糸こんに	人参・ゴボウ・干しいたけ 生姜・長ネギ・もやし ニラ・梨	400	17.3

* 材料入荷により献立の一部が変更になる場合があります

年中さんによる親子給食について

7日(木)は年中さんによる親子給食の日です。年少・年長さんはおうちからお弁当を持参してください。