

令和5年 9月分 3歳以上児献立

玉成幼稚園（にじのへや）

1日(金) しょくぼん/とりにくのさっぱりに/やきやさいのさらだ/
もろへいやのすーぶ(とまと)/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

15日(金) しょくぼん/とりにくのさっぱりに/やきやさいのさらだ/
とまと/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

2日(土) ごはん/かぶとぶたにくのもの/にんじんしりしり/み
そしる/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

16日(土) ごはん/かぶとぶたにくのもの/にんじんしりしり/み
そしる/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

4日(月) なつとうごはん/さばのみそてりやき/さつまいものごま
さらだ/すましじる(こまつなのばたーいため)/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

19日(火) ごはん/ればーいりにくだんご/きりぼしだいこんのう
めあえ/きのこそてー/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

5日(火) ごはん/ればーいりにくだんご/きりぼしだいこんのうめ
あえ/きのこそてー/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

20日(水) しゃんはいやきそば/きゃべつとみかんのさらだ/とう
みょうのすーぶ(なむる)/くだもの
[おやつ] おはぎ(きなこ・ごま)/ぎゅうにゅう

6日(水) しゃんはいやきそば/きゃべつとみかんのさらだ/とう
みょうのすーぶ(なむる)/くだもの
[おやつ] くりおこわ/ぎゅうにゅう

21日(木) わかめごはん/さんまのうめに/ぶたもやしいため/
きゅうりのあさづけ/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

7日(木) わかめごはん/さんまのうめに/ぶたもやしいため/きゅ
うりのあさづけ/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

22日(金) しょくぼん/くりすぴーちきん/とまと/じゃーまんぼてと
/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

8日(金) しょくぼん/くりすぴーちきん/とまとさらだ/じゃーまん
ぼてと/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

25日(月) ごはん/さといもとりにくのうまに/はむさらだ/とまと
/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

9日(土) ごはん/ぼーくびんず/おかかあえ/かぶのすーぶ/くだ
もの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

26日(火) しらすごはん/ちんじゃおろーすー/とまと・きゅうり/な
すのにびたし/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

11日(月) ごはん/さといもとりにくのうまに/はむさらだ/みそし
る(とまと)/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

27日(水) ちきんかれー/ひじきとじゃこのうめさらだ/ほうれん
そうのすーぶ(おかかあえ)/くだもの
[おやつ] みかんゼリー/しおせんべい/ぎゅうにゅう

12日(火) しらすごはん/ちんじゃおろーすー/とまと・きゅうり/な
すのにびたし/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

28日(木) ごはん/さけのしおやき/きゅうりとちーずのあえもの/
にくやさしいため/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

13日(水) ちきんかれー/ひじきとじゃこのうめさらだ/ほうれん
そうのすーぶ(おかかあえ)/くだもの
[おやつ] みかんゼリー/しおせんべい/ぎゅうにゅう

29日(金) しょくぼん/ぶたにくのけちやっぶいため/だいずとつ
なのさらだ/かぼちゃのみるくにく/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

14日(木) ごはん/さけのしおやき/きゅうりとちーずのあえもの/
にくやさしいため/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

30日(土) ごはん/かぶとぶたにくのもの/にんじんしりしり/み
そしる/くだもの
[おやつ] ★/ぎゅうにゅう

エネルギー:551 kcal たんぱく質:21.5 g
脂 質:16.8 g 食塩相当量:1.9 g

◎果物は季節のものをしています。今月はバナナ、なし、かき、ぶどう、りんごから提供します。
◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。
◎★印は市販のおやつを提供します。

【原材料】

食パン・・・・・・・・・・小麦粉 太白ごま油 天然酵母 塩 砂糖

蒸中華めん・・・・・・・・・・小麦粉 食塩 貝殻カルシウム

塩せんべい・・・・・・・・・・うるち米 植物油脂 食塩