

令和6年9月

献立予定表

パンビ保育園梅島園<3~5歳児>

日	曜日	昼食 間食	食 材			その他 調味料等
			血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)	体の調子をよくするもの(緑)	
230	月	人参ごはん 煮魚 小松菜のごま和え 豚汁 牛乳/黒砂糖ケーキ	魚 みそ・豚肉	米・油 三温糖 三温糖・白ごま	人参 生姜 人参・もやし・小松菜 大根・玉葱・人参・葉葱	醤油・塩 酒・醤油 醤油 かつお節 /ベーキングパウダー
317	火	秋なすのブルコギ丼 かむカムサラダ チンゲン菜スープ 牛乳/お月見おやき	豚肉 ちりめん 豆腐 牛乳/	米・白砂糖・ごま油 白砂糖・ごま油 /さつま芋・片栗粉・白砂糖・油	玉葱・なす・ニンニク・赤パプリカ・黄パプリカ キャベツ・胡瓜・ごぼう・人参 チンゲン菜・葱	酒・みりん・醤油・塩 塩・酢 醤油・塩・かつお節 /醤油
418	水	ご飯 生揚げのみそ炒め 清汁 牛乳/たこ焼風ポテト	生揚げ・みそ・豚肉 牛乳/青のり・かつお節	米 片栗粉・白砂糖・ごま油 /じゃが芋・片栗粉・油	生姜・玉葱・にら・人参・ニンニク・もやし 青菜・葱・えのきたけ /キャベツ・葉葱	酒・みりん・醤油 醤油・塩・かつお節 /中濃ソース・塩
519	木	食パン マーマレードチキン ココロサラダ きのこスープ 牛乳/二色おはぎ	鶏肉 ベーコン 牛乳/きな粉	食パン マーマレード じゃが芋・白砂糖 /米・もち米・白砂糖・黒ごま	ニンニク 人参・胡瓜 キャベツ・玉葱・ぶなしめじ	酒・醤油 塩・マヨドレ 醤油・塩・かつお節・ローリエ /塩
6	金	🚫防災の日メニュー🚫 α米チキンライス ツナサラダ カレースープ 牛乳/ぶどうゼリー/ビスコ	ツナ 豚肉 牛乳//	α米チキンライス 白砂糖・油 じゃが芋 /白砂糖/ビスコ	キャベツ・胡瓜・人参 玉葱・人参・乾燥パセリ /ぶどうジュース・粉寒天/	塩・酢 塩・カレー粉・かつお節・醤油 //
20	金	🎂お誕生日会メニュー🎂 塩ラーメン カレーマヨサラダ 牛乳/ココアバナナケーキ	豚肉 ハム 牛乳/無調整豆乳	中華麺・ごま油 白砂糖 /三温糖・小麦粉・油・粉糖	キャベツ・生姜・玉葱・人参・ニンニク もやし・胡瓜・人参 /バナナ	塩・かつお節・出し昆布 カレー粉・マヨドレ・醤油 /ベーキングパウダー・ココア
721	土	ご飯 肉じゃが みそ汁 牛乳/せんべい/果物	豚肉 みそ 牛乳//	米 じゃが芋・三温糖・油 /せんべい/	グリーンピース・冷・玉葱・人参 青菜・葱・もやし /果物	みりん・醤油・かつお節 かつお節 //
9	月	ご飯 魚の西京焼き キャベツの磯和え 根菜汁 牛乳/クラッカーサンド	魚・みそ 刻みのり 鶏肉 牛乳/	米 /いちごジャム・クラッカー	生姜 キャベツ・人参・えのきたけ ごぼう・大根・玉葱・人参	酒・みりん 醤油・かつお節 醤油・塩・かつお節 /
1024	火	カレーライス 切干大根サラダ 清汁 牛乳/シュガートースト	豚肉 牛乳/	米・小麦粉・じゃが芋・油 白砂糖・ごま油 玉ふ /グラニュー糖・バター・食パン	生姜・玉葱・人参・ニンニク・トマトピューレ キャベツ・胡瓜・切干大根・人参 青菜・もやし	中濃ソース・塩・クチャップ・カレー粉・ローリエ 醤油・酢 醤油・塩・かつお節 /
1125	水	ご飯 鶏肉の唐揚げ さわやか漬 みそ汁 牛乳/りんごゼリー/せんべい	鶏肉 豆腐・油揚げ・わかめ・みそ 牛乳//	米 片栗粉・油 白砂糖 /白砂糖/せんべい	生姜・ニンニク 胡瓜・大根・人参・レモン果汁 葱	酒・醤油 塩 かつお節 /りんごジュース・粉寒天/
1226	木	食パン 鶏肉のピカタ風 キャベツのソテー かぼちゃのスープ 牛乳/ツナピラフ	粉チーズ・鶏肉・牛乳 ベーコン 牛乳/ツナ	食パン 小麦粉 油 /米・油	乾燥パセリ キャベツ・青菜・人参 南瓜・玉葱・人参 /玉葱・人参・グリーンピース冷	塩 醤油・塩 醤油・塩・かつお節・ローリエ /醤油・塩
1327	金	スパゲッティナポリタン コーンサラダ オニオンスープ 牛乳/ひじきごはん	ハム・粉チーズ 鶏肉 牛乳/油揚げ・干しひじき	スパゲティ・白砂糖・油 白砂糖・油 /米・三温糖・油	玉葱・ニンニク・ピーマン・トマトピューレ キャベツ・胡瓜・コーン冷・人参 玉葱・ぶなしめじ /人参	塩・クチャップ 塩・酢 醤油・塩・ローリエ・かつお節 /醤油
1428	土	焼きとり丼 塩昆布和え みそ汁 牛乳/クラッカー/果物	鶏肉 塩昆布 みそ 牛乳//	米・片栗粉・白砂糖・油 ごま油 さつま芋 /クラッカー/	葱 胡瓜・人参・もやし 玉葱	酒・みりん・醤油 かつお節 //

今月の平均栄養価 乳児：エネルギー496kcal たんぱく質22.5g 脂質14.4g 食塩相当量1.4g ※乳児は毎日9：30に牛乳を70cc飲んでます。
 幼児：エネルギー561kcal たんぱく質25.2g 脂質14.5g 食塩相当量1.6g

○今月の使用予定果物：バナナ・なし・みかん缶・りんご・かき（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

○献立表の食材を確認し、家庭で食べたことがない食品がありましたら、事前に担任までお知らせください。

👉そうぐみの誕生月の子のリクエストメニューを取り入れてあります。<20日(金)お誕生日会メニュー>