



2022年 9月給食献立表

立花ひよこ保育園

		(月) 5			(火) 6, 20			(水) 7, 21			(木) 1, (金) 30			(金) 9 [行事食]			(土) 10, 24				
昼食	鮭フライ	鮭	40	五目煮豆	人参/鶏肉	10/15	冬瓜と鶏肉の煮物	冬瓜	60	鯖のホイル焼き	鯖	40	お月見バーグ	豚ミンチ	20	焼きうどん	うどん	30			
		しょうゆ/みりん	1		こんにゃく	20		鶏肉	20		人参/ピーマン	8/5		牛ミンチ	40		キャベツ	20			
	つけ合わせ	薄力粉/パン粉	1/5	ミニマト	ごぼう/大豆	10	チンゲン菜	チンゲン菜	8	あらめの煮付け	玉ねぎ	10	つけ合わせ	玉ねぎ	30	五色和え	人参	10			
		こめ油	5		れんこん	10		人参	15		しょうゆ/まいだけ	8/5		コンソメ/塩こしょう	少々		豚肉	10	もやし	5	かつお節
	チンゲン菜のクリーム煮	チンゲン菜	15	ほうれん草ともやしのナムル	ひじき	1	磯和え	えのき	20	みそ汁	しょうゆ	2	みそ汁	しょうゆ/バター	2/1	里芋汁	里芋/人参	20/8	煮物	かぼちゃ	40
		ハム/とうもろこし	5		しょうゆ	3		オクラ	10		系こんにゃく	10		白みそ/しょうゆ	3/1		しめじ/ごぼう	10/5		白みそ/しょうゆ	3/1
スープ	じゃが芋/人参	20/8	みそ汁	ごま	1	みそ汁	豆腐	15	さつま芋ごはん	いんげん	3	ごはん	有機米	50	お月見団子	だんご粉	15	自然食品菓子			
	薄力粉/牛乳	2/30		ごま油	0.5		小麦みそ	5		塩	0.2		塩	0.2		きな粉/砂糖	2		えのき	10	小麦みそ
ごはん	バター/コンソメ	1/少々	五穀ごはん	しょうゆ/酢	1/0.5	五平餅	のり	20/10	うどんかりん糖	しょうゆ	2	お月見クッキー	じゃが芋	25	牛乳	牛乳					
	塩こしょう	少々		砂糖	0.5		りんご	1		砂糖	0.5		こめ油	6		りんご	少々				
おやつ	わらび餅	白菜	20	もちもちココアケーキ	なすび	20	すめるめ果物	りんご	1	うどん	うどん	15	果物牛乳	梨							
		わかめ	0.5		上新粉/B.P	15/0.3		りんご	1		砂糖	3		砂糖	3						
果物牛乳	りんご	しょうゆ/塩	1/少々	五穀ごはん	玉ねぎ	10	五平餅	小麦みそ	3	かりん糖	かりん糖	3	果物牛乳	牛乳							
		コンソメ	適量		五穀米	55		砂糖/こめ油	7/5		砂糖	1		こめ油	3	牛乳					

※数字は、幼児の予定可食量です。乳児は幼児の予定可食量×0.9として計算します。 ※果物は、入荷時期などによって変更があります。
 ※五穀ごはんに入っている五穀(もちきび・もちあわ・はとむぎ・大麦・アマランサス)は、ビタミン、ミネラル、鉄分、カルシウムが豊富です。
 ※8日(木)の昼食は、オレンジ煮・ほうれん草のナムル・すまし汁(キャベツ・わかめ)・昆布ごはんのリクエストメニューです。おやつは、さつま芋蒸しパン・梨・牛乳です。
 ※22日(木)の昼食は、ノルマンディ・酢の物・みそ汁(大根・こんにゃく)・人参ごはんのリクエストメニューです。おやつは、わらび餅・りんご・牛乳です。