



10がつのこんだて



2024年度

いしだほいくえん

普通食

日にち	献立名	食 材	おやつ	日にち	献立名	食 材	おやつ
月 28	ごはん から揚げ 酢の物 みそ汁	ごはん 鶏肉・しょうが・にんにく・醤油・酒 片栗粉・油 ほうれん草・人参・きゅうり・酢・砂糖・醤油 じゃが芋・えのき・だし・みそ	小豆蒸しパン 小麦粉・小豆 ベーキングパウダー 砂糖・油・牛乳	月 7 21	ナポリタン スパゲティ コンソメスープ フルーツ	スパゲティ・ウインナー・玉ねぎ 人参・ピーマン ケチャップ・油 じゃが芋・コーン・洋風だし 梨	ひじきご飯 おにぎり 米・ひじき・人参 油揚げ・醤油
火 1 29	ごはん 高野豆腐と野菜の そぼろ煮 かぼちゃのごま和え みそ汁	ごはん 高野豆腐・豚ミンチ・大根・人参 こんにゃく・片栗粉・だし・砂糖・醤油・みりん かぼちゃ・ごま・醤油・砂糖 絹揚げ・玉ねぎ・小松菜・だし・みそ	バナナスコーン ホットケーキミックス バナナ 砂糖・バター	火 8 22	ごはん さんまのごま焼き 小松菜と油揚げの 煮びたし みそ汁	ごはん さんま・ごま・醤油・みりん・酒 小松菜・人参・油揚げ・だし 醤油・みりん 豆腐・玉ねぎ・ねぎ・だし・みそ	スイートポテト/昆 布 さつま芋 砂糖・生クリーム /昆布・油・塩
水 15 3	五目うどん かぼちゃのごま和え フルーツ	うどん 鶏肉・油揚げ・人参・小松菜 しめじ・だし・醤油・みりん かぼちゃ・ごま・醤油・砂糖 バナナ	さつま芋ごはん おにぎり 米・さつま芋 塩	水 9 23	チキンカレー コールスロー サラダ フルーツ	ごはん・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 かぼちゃ・オリーブ油・カレールウ キャベツ・人参・コーン マヨドレ・砂糖・醤油 柿	黒糖ういろろ 上新粉・白玉粉 小麦粉・砂糖・黒砂糖
木 2 16	ごはん 豆腐ハンバーグ ビーフンサラダ 中華スープ	ごはん 豆腐・鶏ミンチ・ひじき・玉ねぎ 牛乳・パン粉・片栗粉・塩 ビーフン・きゅうり・コーン・人参・ハム・マヨドレ もやし・にら・中華だし・醤油	ジャムサンド 食パン りんごジャム	木 10 24	ごはん 豚肉の生姜焼き ごま酢和え みそ汁	ごはん 豚肉・玉ねぎ・生姜・醤油・みりん・酒 キャベツ・人参・きゅうり・ひじき ごま・酢・砂糖・醤油 かぼちゃ・ほうれん草・だし・みそ	さつま芋ドーナツ 小麦粉・さつま芋 ベーキングパウダー 砂糖・油・牛乳
木 水 17 30	ごはん 豚肉と小松菜の 梅炒め さつま芋の煮物 みそ汁	ごはん 豚肉・小松菜・玉ねぎ・人参・生姜 梅干し・酒・醤油・みりん さつま芋・だし・砂糖・醤油 ふ・油揚げ・わかめ・だし・みそ	ツナ千切り 小麦粉・上新粉・ツナ ほうれん草・玉ねぎ・人参 ごま油・中華だし	金 11 25	ごはん 焼き魚 切干大根煮 みそ汁	ごはん 鮭・塩 切干大根・人参・油揚げ だし・醤油・砂糖 小松菜・しめじ・人参・だし・みそ	11日メタルクッキー 小麦粉・油・砂糖・ココア 25日りんごクッキー 小麦粉・バター・砂糖 ベーキングパウダー・りんご
金 4 18	ごはん さほのみそマヨ焼き あらめ煮 すまし汁	ごはん さば・みそ・マヨドレ・みりん あらめ・人参・油揚げ・大豆 だし・醤油・砂糖・みりん 白菜・しめじ・だし・醤油・みりん	焼きそば 中華麺・ちくわ・キャベツ もやし・人参 ソース・油・青のり	土 26	ピラフ ヨーグルトサラダ オニオンスープ	ごはん・鶏肉・玉ねぎ・人参 コーン・グリーンピース・洋風だし・バター ヨーグルト・きゅうり・りんご みかん缶・マヨドレ 玉ねぎ・パセリ・オリーブ油・洋風だし	おかし せんべい 煮干し
土 5 19	ごはん ポークシチュー ピクルス フルーツ	ごはん 豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ シチュールウ きゅうり・人参・酢・砂糖・醤油 りんご	おかし チーズ ビスケット	お 来 し み 献 立 31	ごはん チーズハンバーグ 添え野菜 コーンスープ	ごはん(レーズン・ケチャップ) 合挽ミンチ・玉ねぎ・パン粉・牛乳 塩・ケチャップ・スライスチーズ ブロッコリー・人参☆ コーン・玉ねぎ・パセリ・牛乳・洋風だし	かぼちゃクッキー 小麦粉・片栗粉・バター 砂糖・かぼちゃ ベーキングパウダー

※0・1歳児は、給食とおやつの際に牛乳を飲みます。2歳児・幼児は、おやつの際に牛乳を飲みます。

★だしは、かつお・昆布でとっています。

栄養給与目標値

乳児420kcal・幼児570kcal

(完全給食 おやつを含む)

*やむをえずメニュー変更する

時があるかもしれません