



# 9月予定および献立



令和6年8月20日  
堀江敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	日				
2	月	体育遊び	鶏肉の照り焼き/付野菜 ★高野豆腐の卵とし みそ汁	鶏肉、酒、三温糖、醤油、みりん/ほうれん草、三温糖、醤油 高野豆腐、人参、玉ねぎ、卵、三つ葉、みりん、三温糖、醤油 えのき、わかめ、青ねぎ、みそ	アメリカンドック HM、ウインナー ●牛乳
3	火	E~たいむ	●パン /ゼリー ●パンクキンチュー コールスローサラダ	パン / ミニゼリー 鶏肉 玉葱 人参、南瓜 しめじ ルウ 牛乳 キャベツ コーン 人参 胡瓜 レーズン 酢 醤油 三温糖	ひじきおにぎり ひじき ちりめんじゃこ 油揚げ 酒 醤油 ●牛乳
4	水		豚肉のしぐれ煮 磯和え みそ汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん 酒 みりん 三温糖 白菜 ほうれん草 人参 のり 醤油 みりん 三温糖 じゃが芋、油揚げ、青ねぎ みそ	●お麩ラスク お麩 マーガリン 砂糖 ●牛乳
5	木	身体測定	★●豆腐の松風焼き 切り干し大根の酢の物 みそ汁	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、青葱、卵、パン粉、牛乳、味噌、ごま 三温糖 切干大根 胡瓜 人参 カニカマ 酢 三温糖 醤油 なす、お麩、青ねぎ みそ	●ポパイケーキ HM ほうれん草 バター 砂糖 牛乳 ●牛乳
6	金	お習字 身体測定	鮭のきのこあんかけ ハムサラダ けんちん汁	鮭 玉葱 しめじ えのき えりんぎ 青葱 酒 三温糖 醤油、鶏から 片栗粉 ハム キャベツ 胡瓜 コーン 酢 三温糖 醤油 鶏肉 ごぼう 人参 干し椎茸 大根 青葱 醤油 酒	●きなこ揚げパン ロールパン きな粉 砂糖 ●牛乳
7	土		カレーピラフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉 玉葱 人参 いんげん コンソメ カレー粉 ブロッコリー 人参 キャベツ コーン 酢 三温糖 醤油 玉葱 しめじ コンソメ	●シリアルクッキー HM バター 砂糖 牛乳 コーンフレーク チョコレート ●牛乳
8	日				
9	月	体育遊び シーツ交換 (いぬ)	★ツナ寿司 厚揚げのそぼろ煮 すまし汁	ツナ、大葉、胡瓜、ごま、刻みのり、錦糸卵 酢 三温糖 塩 鶏ミンチ、厚揚げ、青梗菜、人参、玉ねぎ 醤油 三温糖 片栗粉 えのき かまぼこ、青ねぎ 酒 醤油 塩	フルーツゼリー りんごジュース アガー 砂糖 フルーツミックス缶 せんべい ●牛乳
10	火	E~たいむ シーツ交換 (くま)	豚肉とごぼうの甘辛丼 ひじき煮 みそ汁	豚肉 生姜 しらたき ごぼう 切干大根 玉葱 青葱 酒 みりん 三温糖 醤油 ひじき にんじん しらたき 大豆 竹輪 三温糖 醤油 みりん キャベツ、もやし、青ねぎ みそ	●フルーツヨーグルト ヨーグルト バナナ みかん缶 砂糖 ★●バウムクーヘン
11	水	シーツ交換 (りす)	肉じゃが 白和え みそ汁	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、しらたき、いんげん みりん 三温糖 醤油 豆腐、ほうれん草 白菜 人参 椎茸 ごま 三温糖 みそ 醤油 南瓜 えのき 青ねぎ みそ	●カレーチーズトースト 食パン カレー粉、マヨネーズ 砂糖 粉チーズ ●牛乳
12	木	シーツ交換 (うさぎ)	鱈のおろし煮 じゃことおひじきのサラダ ふぶき汁	たら 片栗粉 大根 みりん 醤油 三温糖 酒 ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、ひじき、赤ピーマン 酢 醤油 三温糖 鶏肉 豆腐 ごぼう にんじん 大根 こんにゃく 醤油、鶏がら 青葱 塩	●マシュマロおこし コーンフレーク フルグラ マシュマロ マーガリン ●牛乳
13	金	お習字自由参観 (きりん) シーツ交換 (ひよこ)	★冷やし中華 春巻き フルーツ	中華麺 豚肉 胡瓜 錦糸卵 トマト タレ 春巻きの皮 春雨 たけのこ 鶏肉 黄桃缶	夕焼けおにぎり ちりめんじゃこ 人参 酒 醤油 みりん ●牛乳
14	土	家庭の日 (幼児お弁当日)	炒飯 中華サラダ わかめスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、青葱 醤油 鶏がら ごま油 ブロッコリー 胡瓜 コーン 酢 醤油 ごま油 三温糖 わかめ えのき 鶏がら 醤油	★●どら焼き HM 砂糖 牛乳 卵 小豆 ●牛乳

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
15	日				
16	月	敬老の日			
17	火	E~たいむ 幼児自由参観 十五夜	ビビンバ ●揚げしゅうまい 春雨スープ	牛肉 人参 もやし ほうれん草 醤油 三温糖 にんにく ごま油 ごま シュウマイの皮 鶏肉 玉葱 ごま はるさめ 人参 椎茸 ねぎ 醤油 塩 鶏がら	●お月見蒸しパン HM 南瓜 牛乳 砂糖 ●牛乳
18	水	体育遊び お月見ごっこ	★●ごぼうハンバーグ マカロニサラダ みそ汁	合挽ミンチ、ごぼう、玉ねぎ、牛乳、卵、パン粉、味噌 三温糖 醤油 マカロニ ツナ 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ 大根 油揚げ 青ねぎ みそ	●クリームパン ロールパン 豆乳ホイップ 砂糖 ●牛乳
19	木	誕生会	キーマカレー パインサラダ ●ヨーグルト	合い挽きミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 コーン ルウ キャベツ 胡瓜 パイン缶 レーズン 酢 三温糖 醤油 ヨーグルト	★●パースディケーキ スポンジケーキ 豆乳ホイップ フルーベリージャム 砂糖 キウイ みかん缶 ●牛乳
20	金	お習字	さつま芋ご飯/ 鯖香味焼き カニカマサラダ みそ汁	さつま芋 酒 塩 / 鯖、大葉 レモン果汁 醤油 ごま 酒 みりん 三温糖 キャベツ 胡瓜 人参 カニカマ 酢 三温糖 醤油 大根 もやし 青ねぎ みそ	●もちもちドーナツ HM 白玉粉 牛乳 砂糖 ●牛乳
21	土		エビピラフ グリーンサラダ 豆乳スープ	エビ 玉ねぎ 人参 いんげん コーン コンソメ ブロッコリー 胡瓜 キャベツ 酢 三温糖 醤油 玉ねぎ 人参 しめじ ウインナー 豆乳 コンソメ 塩	ちんすこう 薄力粉 砂糖 油 ●牛乳
22	日	秋分の日			
23	月	振替休日			
24	火	E~たいむ シーツ交換 (いぬ)	●クリームスパゲティ コーンサラダ フルーツ	スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ しめじ ほうれん草 牛乳 ルウ キャベツ 胡瓜 コーン 人参 酢 三温糖 醤油 パイン缶	切り干し大根のおにぎり 切干大根 鶏肉 人参 醤油 みりん ●牛乳
25	水	体育遊び シーツ交換 (くま)	栗ご飯 / 鮭の西京焼き 酢の物 ★かきたま汁	栗 塩 / 鮭 みそ 三温糖 みりん 酒 大根 胡瓜 人参 ちりめんじゃこ 酢 三温糖 醤油 卵 豆腐 三つ葉 醤油 塩 酒	●ココア蒸しパン HM 牛乳 ココア 砂糖 ●牛乳
26	木	シーツ交換 (りす)	●肉団子と野菜の甘酢あんかけ おかか和え みそ汁	肉団子 人参 玉葱 ピーマン ケチャップ 三温糖 みりん 塩 醤油 酢 片栗粉 ほうれん草 白菜 人参 みりん 三温糖 醤油 さつま芋 油揚げ 青葱 みそ	●ミートサンド 食パン 牛ミンチ 玉葱 人参 ケチャップ ソース 砂糖 片栗粉 ●牛乳
27	金	シーツ交換 (うさぎ・ひよこ)	鶏肉のノルウェー風/付野菜 ツナサラダ みそ汁	鶏肉 片栗粉 ケチャップ ソース 三温糖 / ブロッコリー 青じそドレ ツナ キャベツ 胡瓜 人参 大根 酢 醤油 三温糖 玉ねぎ わかめ 青ねぎ みそ	●ポテトのピザ風 フライドポテト 玉葱 ピーマン ウインナー 塩 ケチャップ チーズ ●牛乳
28	土	家庭の日 (幼児お弁当日)	焼きそば ブロッコリーのごま和え みそ汁	焼きそば 豚肉 もやし 玉葱 人参 ソース ブロッコリー 人参 ごま みりん 醤油 三温糖 麩 わかめ 青ねぎ みそ	大学芋 さつまいも 砂糖 ●牛乳
29	日				
30	月		●タンドリーチキン 大豆サラダ みそ汁	鶏肉 ヨーグルト カレー粉 醤油 ケチャップ 大豆 胡瓜 人参 キャベツ ちりめんじゃこ 酢 三温糖 醤油 玉ねぎ しめじ 青ねぎ みそ	★お好み焼き お好み焼き粉 豚肉 卵 キャベツ ソース 青のり ●牛乳

◆献立の内容は、仕入れの状況により、若干変更する場合があります。

◆アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

## 今月の一人当たりの栄養素量(3歳児以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
平均	558	19.5	17.3	246	2.1	200	0.33	0.40	18	4.0	1.5
基準値	511	23.0	15.0	231	2.2	184	0.28	0.32	20	0.0	1.4

乳児朝おやつ

月:エースコイン  
火:ハーベスト  
水:アンパンマンせんべい

木:アスパラガスビスケット  
金:どうぶつビスケット  
土:ビスコ

