

2024年9月

献立表

用賀なのはな保育園
深沢分園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	栄養価
2	月	ごはん 豚肉の甘辛炒め トマト 味噌汁 果物	米 豚肉、しょうが、油、さつまいも、にんじん ほうれんそう、酒、三温糖、しょうゆ トマト 煮干だし汁、みそ、ねぎ、油揚げ、豆腐	牛乳 チーズ蒸しパン 小麦粉、三温糖、牛乳 みそ、チーズ ベーキングパウダー	エネルギー 544 Kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 14.9 g
3	17 火	鶏南蛮うどん 炒り豆腐 果物	うどん、鶏肉、かつお・昆布だし汁、にんじん たまねぎ、だいこん、万能ねぎ、しょうゆ、食塩 みりん 豆腐、コーン缶、ツナ缶、ひじき、油、しょうゆ 三温糖、こまつな、片栗粉	調製豆乳 ハッシュドポテト じゃがいも、食塩、油 片栗粉	エネルギー 413 Kcal たんぱく質 20.0 g 脂質 15.7 g
4	18 水	豚肉とごぼうの 炒めごはん キャベツの煮びたし 味噌汁 果物	米、ごぼう、豚肉、しょうが、油、しょうゆ、三温糖 いんげん、ごま キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、三温糖 煮干だし汁、みそ、なす、オクラ	牛乳 てづくりパンの日 びよびよちぎりパン 強力粉、ドライイースト 食塩、三温糖、バター 牛乳、コーン缶、あんこ	エネルギー 485 Kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 12.8 g
5	19 木	ぶどうロール ローストチキン 白菜の香り漬け ミネストローネ スープ 果物	ぶどうロール 鶏肉、たまねぎ、しょうが、にんにく、みりん しょうゆ、油 はくさい、きゅうり、ごま、レモン汁、三温糖、食塩 かつお・昆布だし汁、じゃがいも、セロリ、たまねぎ にんじん、にんにく、油、ベーコン、トマト缶、食塩	麦茶 ウインナーおにぎり 米、ウインナー、しょうゆ みりん、しょうが、のり	エネルギー 507 Kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 15.6 g
6	20 金	ごはん 鮭フライ ブロッコリー 具だくさん味噌汁 果物	米 鮭、食塩、小麦粉、パン粉、油、ソース ブロッコリー、食塩 煮干だし汁、みそ、はくさい、カットわかめ にんじん、かぼちゃ	調製豆乳 チャプチェ はるさめ、豚肉、にんじん たまねぎ、ほうれんそう もやし、ごま油、食塩 酒、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、三温糖	エネルギー 468 Kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 12.8 g
7	21 土	ごはん 筑前煮風 きゅうりのゆかりあえ 味噌汁 果物	米 鶏肉、油、しょうが、にんじん、れんこん、ごぼう みりん、しょうゆ、ごま油 きゅうり、しそふりかけ かつお・昆布だし汁、みそ、こまつな、もやし、豚肉	調製豆乳 せんべい クラッカー	エネルギー 493 Kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 14.0 g
9	30 月	チキンカレーライス 千切りサラダ 豆腐スープ 果物	米、鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、油 しょうが、にんにく、ケチャップ、ソース、食塩 しょうゆ、小麦粉、カレー粉、りんご キャベツ、にんじん、きゅうり、ハム、食塩、酢 三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、チンゲンサイ 豆腐	調製豆乳 ぶどうゼリー ぶどうジュース、上白糖 粉寒天 せんべい	エネルギー 585 Kcal たんぱく質 18.7 g 脂質 16.1 g



※行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。
 ※1、2歳児は午前中に豆乳または牛乳を飲みます。
 ※マヨドレは乳・卵無しを使用しています。
 ※パン類は卵無しのを提供しています。乳は含みます。
 ※ハム・ベーコン・ウインナーは乳・卵無しを使用しています。



献立表

2024年9月

用賀なのはな保育園
深沢分園



日付	曜日	献立名	材料	おやつ	栄養価
10	火	麻婆ラーメン もやし中華風 和え物 果物	中華めん、油、にんにく、しょうが、豚肉、たまねぎ にんじん、三温糖、食塩、しょうゆ、みそ、豆腐 片栗粉、ごま油、かつお・昆布だし汁 もやし、コーン缶、こまつな、鶏肉、酢、三温糖 しょうゆ、ごま	牛乳 プレーンマフィン 小麦粉、バター、三温糖 ベーキングパウダー 卵、牛乳	エネルギー 476 Kcal たんぱく質 21.0 g 脂質 16.7 g
11	25 水	ごはん さわらの塩焼き 豚肉と大根の とろみ煮 清汁 果物	米 さわら、酒、食塩、油 豚肉、だいこん、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩、片栗粉 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、カットわかめ キャベツ	調製豆乳 温麺 干しそうめん、にんじん 万能ねぎ、もやし かつお・昆布だし汁、食塩 しょうゆ、みりん	エネルギー 457 Kcal たんぱく質 21.8 g 脂質 12.2 g
12	26 木	ロールパン 野菜炒め マッシュさつまいも スープ 果物	ロールパン 豚肉、油、ピーマン、キャベツ、にんじん、食塩 しょうゆ さつまいも、食塩、三温糖、パセリ粉 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、にんじん しめじ、コーン缶	麦茶 五目おにぎり 米、鶏肉、油、いんげん ひじき、にんじん ごぼう、みそ、みりん	エネルギー 503 Kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 13.9 g
13	金	ごはん 肉豆腐 かぼちゃの甘煮 味噌汁 果物	米 豚肉、豆腐、ねぎ、にんじん、しょうゆ、みりん かぼちゃ、しょうゆ、三温糖、かつおだし汁 煮干だし汁、みそ、なす、こまつな、たまねぎ	牛乳 みかんクリームサンド コッペパン、みかん缶 生クリーム、上白糖	エネルギー 548 Kcal たんぱく質 21.0 g 脂質 14.8 g
14	28 土	鶏あんかけ丼 ブロッコリーと ツナのソテー スープ 果物	米、鶏肉、油、たまねぎ、みそ、三温糖 かつお・昆布だし汁、片栗粉 ブロッコリー、ツナ缶、にんじん、三温糖、しょうゆ 油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、じゃがいも ほうれんそう	調製豆乳 せんべい クラッカー	エネルギー 524 Kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 16.0 g
24	火	ラーメン だいたい組 リクエストメニュー はるさめサラダ 果物	中華めん、かつお・昆布だし汁、にんにく、しょうゆ 食塩、鶏肉、油、たまねぎ、もやし、にら カットわかめ はるさめ、きゅうり、にんじん、三温糖、酢 しょうゆ、油	牛乳 いちごジャムサンド 食パン、いちごジャム	エネルギー 453 Kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 13.3 g
27 誕生会	金	ツナピラフ ミートボールの トマト煮 ポテトサラダ マカロニスープ 果物	米、油、ツナ缶、万能ねぎ、にんじん、食塩 しょうゆ 豚肉、たまねぎ、食塩、酒、片栗粉、トマト缶 たまねぎ、三温糖、パセリ粉 じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶 マヨドレ、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ こまつな、マカロニ、ベーコン	りんごジュース 豆乳のパンナコッタ風 豆乳、三温糖、ゼラチン なし、レモン汁、ぶどう	エネルギー 536 Kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 16.1 g

