



# 9月のメニュー



令和6年度

吉岡町第四保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
2	月	ミニゼリーりんご	ご飯 タラのチリソース もやしナムル 春雨スープ 梨 麦茶	マヨコーンパイ 麦茶	ミニゼリー 精白米 調合油 エビチリの素 天ぷら粉 食塩 いりごま ごま油 緑豆はるさめ 鶏がらだし 麦茶 バイロ マヨネーズ	すけとうだら ぶたひき肉 ロースハム	たまねぎ だいずもやし きゅうり にんじん 長ねぎ 生しいたけなし コントマトケチャップ	
3	火	おせんべい	和風バター醤油パスタ サイコロゴマサラダ オレンジ ジョア	五平餅風 麦茶	しょうゆせんべい スバゲティ 顆粒和風だし 有塩バター 濃口しょうゆ ごまドレッシング 精白米 いりごま 甘みそ 砂糖 麦茶	ベーコン チーズ ジョア	ぶなしめじ たまねぎ ほうれんそう おろしにんにく きつまいも にんじん きゅうり スイートコーン オレンジ	
4	水	おせんべい	ご飯 プルコギ 切干し大根の中華サラダ 中華スープ 牛乳	クレープ 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 緑豆はるさめ やきにくのたれ 調合油 ごま 濃口しょうゆ 穀物酢 ごま油 鶏がらだし クレープ皮 ホイップクリーム キャラメル 麦茶	ぶたかた まぐろ油漬缶詰 普通牛乳	にら にんじん たまねぎ 切干しだいこん きゅうり りょくとうもやし カットわかめ パナナ	
5	木	おせんべい	そばろ丼 もやしといんげんのごまあえ テンゲン菜の味噌汁 パナナ 麦茶	ブルーチェ 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 濃口しょうゆ 砂糖 調合油 すりごま 甘みそ フルーチェ 麦茶	鶏ひき肉 油揚げ 木綿豆腐 普通牛乳	焼きのり りょくとうもやし にんじん テンゲンサイ えのきたけ パナナ いんげん	
6	金	おせんべい	ご飯 さばの味噌チーズ焼き キャベツ浅漬けもずく汁 牛乳	カレーポップコーン 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 甘みそ めんつゆ 料理酒 みりん 風調味料 砂糖 浅漬けの素 かつおだし 濃口しょうゆ 食塩 ポップコーン 調合油 カレー粉 コンソメ 麦茶	さば とろけるチーズ 蒸しかまぼこ 普通牛乳	長ねぎ にんじん キャベツ きゅうり おきなわもずく 糸みつば	
7	土	おせんべい	やきそば	ミニゼリーぶどう	しょうゆせんべい 中華めん 中濃ソース 調合油 ミニゼリー		にんじん りょくとうもやしキャベツ	
9	月	ミニゼリーオレンジ	ご飯 はんぺんチーズフライ 彩サラダ コンソメスープ 牛乳	レモンクッキー 麦茶	ミニゼリー 精白米 バン粉 薄力粉 中濃ソース 調合油 フレンチドレッシング コンソメ 有塩マーガリン 砂糖 麦茶	はんぺん プロセスチーズ ロースハム 普通牛乳	ブロッコリー スイートコーン にんじん きゅうり たまねぎ パセリ レモン	
10	火	おせんべい	タンドリーチキンバーガー 豆サラダ トマトスープ オレンジ 牛乳	大学芋 麦茶	しょうゆせんべい ロールパン 調合油 カレー粉 穀物酢 砂糖 食塩 コンソメ 濃口しょうゆ いりごま 麦茶	鶏肉 プレーンヨーグルト 大豆 チーズ ベーコン 普通牛乳	おろししょうが トマトケチャップ ミックスビーンズ きゅうり にんじん スイートコーン たまねぎ パセリ トマトジュース ホールマト オレンジ きつまいも	
11	水	おせんべい	ご飯 カレイの照り焼き きゃべつの納豆和え わかめの味噌汁 キャンディチーズ 牛乳	かぼちゃ蒸しパン 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 濃口しょうゆ みりん 風調味料 砂糖 穀物酢 ごま油 甘みそ 顆粒和風だし ホットケーキミックス 黒砂糖 麦茶	かれい 釜揚げしらす 納豆 プロセスチーズ 普通牛乳 豆乳	キャベツ こまつな にんじん 乾わかめ 長ねぎ かぼちゃ たまねぎ えのき	
12	木	おせんべい	ジャージャーうどん 春巻き パナナ 牛乳	おかかおにぎり 麦茶	しょうゆせんべい うどん ごま油 砂糖 甘みそ 濃口しょうゆ 片栗粉 調合油 精白米 かつお節 麦茶	ぶたひき肉 はるまき 牛乳	おろししょうが たまねぎ にんじん きゅうり パナナ ばしのり	
13	金	おせんべい	ご飯 トマトソースハンバーグ イカくんサラダ キノコスープ 麦茶	ヨーグルトムース	しょうゆせんべい 精白米 ホールマト 砂糖 中濃ソース 穀物酢 調合油 塩コショウ コンソメ 食塩 麦茶 いちごジャム 粉寒天	ハンバーグ とろけるチーズ いかくん 製ヨーグルト	トマトケチャップ たまねぎ きゅうり にんじん キャベツ えのきたけ ぶなしめじ パセリ	
14	土	おせんべい	ためきうどん	ミニゼリーりんご	しょうゆせんべい うどん 揚げ玉 めんつゆ ミニゼリー	蒸しかまぼこ	乾わかめ 長ねぎ	
16	月	<b>敬老の日</b>						
17	火	おせんべい	ポークカレー マカロニサラダ オレンジ 牛乳	月見だんご 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 カレールウ 調合油 マカロニ マヨネーズ 食塩 白玉粉 上新粉 きな粉 砂糖 麦茶	ぶたロース まぐろ油漬缶詰 普通牛乳	たまねぎ じゃがいも にんじん 福神漬 トマト ビューレ きゅうり オレンジ	
18	水	おせんべい	ご飯 たららの甘辛揚げ 海苔和え 厚揚げの味噌汁 牛乳	たご焼き風ポテト 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 塩コショウ 片栗粉 濃口しょうゆ みりん 砂糖 穀物酢 ごま 調合油 めんつゆ みそ 顆粒和風だし 食塩 ソース かつお節 あおのり 麦茶	すけとうだら 生揚げ 普通牛乳	おろししょうが こまつな りょくとうもやし にんじん ばしのり たまねぎ じゃがいも	
19	木	おせんべい	ラーメン 餃子 パナナ ジョア	菜飯おにぎり 麦茶	しょうゆせんべい 中華めん 中華スープ 精白米 菜めし いりごま 麦茶	ロースハム ぎょうざ ジョア	長ねぎ コーン缶詰 カットわかめ パナナ 焼きのり	
20	金	おせんべい	焼き鳥丼 マヨごぼうサラダ 豆腐とねぎの味噌汁 キャンディチーズ 牛乳	フルーツポンチ	しょうゆせんべい 精白米 焼き鳥のたれ 片栗粉 マヨネーズ すりごま 濃口しょうゆ 甘みそ かつおだし りんごジュース	若鶏もも 錦糸卵 まぐろ油漬缶詰 木綿豆腐 油揚げ プロセスチーズ 牛乳	たまねぎ 焼きのり ごぼう にんじん きゅうり 長ねぎ えのきたけ ミックスフルーツ パナナ	
21	土	おせんべい	塩焼きそば	ミニゼリーオレンジ	しょうゆせんべい 中華めん 食塩 顆粒 中華だし ごま油 ミニゼリー		りょくとうもやし にんじん キャベツ	
23	月	<b>振替休日</b>						
24	火	おせんべい	ご飯 あじのゴマみそ焼き ひじきとちくわの煮物 すまし汁 牛乳	きな粉揚げパン 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 砂糖 濃口しょうゆ 甘みそ すりごま みりん 風調味料 顆粒和風だし 調合油 かつおだし ロールパン きな粉 麦茶	あじ ちくわ 木綿豆腐 普通牛乳	乾ひじき えだまめ にんじん 糸みつば えのきたけ	
25	水	おせんべい	ご飯 鶏肉ののり塩パン焼き かんきつキャベツサラダ オニオンスープ 麦茶	黒ゴマプリン	しょうゆせんべい 精白米 食塩 バン粉 あおのり 調合油 和風ドレッシング コンソメ 麦茶 ねりごま ホイップクリーム	若鶏もも チーズ 普通牛乳	キャベツ にんじん スイートコーン たまねぎ パセリ	
26	木	おせんべい	わかめごはん サバのかば焼き もやしの塩昆布和え かぼちゃの味噌汁 牛乳	季節のおやつ 麦茶	しょうゆせんべい 炊き込みわかめ 精白米 いりごま 薄力粉 調合油 砂糖 濃口しょうゆ みりん 風調味料 料理酒 甘みそ 顆粒和風だし 麦茶	さば 普通牛乳	りょくとうもやし きゅうり にんじん 塩昆布 かぼちゃ たまねぎ あさつき	
27	金	おせんべい	ご飯 豚肉のネギ塩炒め いんげんのおかか和え 切干大根の味噌汁 牛乳	ちんすこう 麦茶	しょうゆせんべい 精白米 鶏がらだし 食塩 かつお節 濃口しょうゆ 甘みそ かつおだし 薄力粉 きび糖 調合油 麦茶	ぶたかたロース 油揚げ 普通牛乳	長ねぎ たまねぎ さやいんげん にんじん ぶなしめじ 切干しだいこん あさつき	
28	土	<b>運動会</b>						
30	月	ミニゼリーぶどう	バターライス チキンリング コールスローサラダ ABCスープ 牛乳	ケーキ 麦茶	ミニゼリー 精白米 有塩バター コンソメ カレー粉 薄力粉 バン粉 調合油 穀物酢 砂糖 食塩 マヨネーズ マカロニ ショートケーキ 麦茶	若鶏むね 普通牛乳	たまねぎ パセリ キャベツ にんじん きゅうり コーン	
未満児 エネルギー:482Kcal タンパク質:17.4g 脂肪:15.1g カルシウム:239mg 鉄:2.4mg 塩分:1.7g 以上児 エネルギー:581Kcal タンパク質:22.3g 脂肪:17.6g カルシウム:253mg 鉄:3.8mg 塩分:2.1g								