

倉治こども園 きゅうしょくだより (令和6年10月)

日	10時間食		
	メニュー	主な食材	乳児のみ
1火	御飯 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ ウインナーのスープ	米 鶏肉 塩 胡椒 土生姜 醤油 料理酒 小麦粉 片栗粉 油 マカロニ 人参 MV 塩 胡椒 エッグゲアマヨネーズ あらびきウインナー 玉葱 コンソメ 醤油 粉バセリ	乳児のみ 牛乳 ぼたぼた 焼き
2水	麻婆丼 さつまいもの甘煮 中華スープ	米 合ミンチ 人参 玉葱 豆腐 醤油 味噌 赤だし味噌 砂糖 胡麻油 土生姜 片栗粉 ネギ さつまいも だし汁 砂糖 醤油 みりん 玉葱 ワカメ 中華スープペースト 醤油	牛乳 ふわっと えび味
3木	御飯 ポークソテー もやしと胡瓜のサラダ 味噌汁	米 豚肉 塩 胡椒 玉葱 ピーマン 人参 サラダ油 醤油 料理酒 みりん もやし 胡瓜 塩 胡麻油 醤油 砂糖 切り麩 きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 とろべー
4金	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 チンゲンサイの和え物 味噌汁	米 豚肉 絹厚揚げ 白菜 人参 サラダ油 だし汁 砂糖 醤油 チンゲンサイ 人参 コーン 砂糖 醤油 切り麩 大根 だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き
5土	御飯 豚肉うどん フルーツ	米 うどん 豚肉 玉葱 人参 ワカメ だし汁 醤油 みりん 黄桃缶	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
7月	御飯 メンチカツ フロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁	米 メンチカツ 油 トンカツソース フロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミー 砂糖 玉葱 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 とろべー
8火	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き ほうれん草のお浸し コンソメスープ	米 鶏肉 料理酒 塩 胡椒 玉葱 人参 エッグゲアマヨネーズ ほうれん草 人参 醤油 だし汁 砂糖 キャベツ マカロニ コンソメ 醤油	牛乳 ふわっと えび味
9水	御飯 筑前煮 ひじきと枝豆の和え物 味噌汁	米 鶏肉 ササガキ 人参 板コンニャク GP サラダ油 砂糖 醤油 みりん ひじき 醤油 ムキ枝豆 人参 砂糖 醤油 ワカメ 玉葱 だし汁 味噌	牛乳 ぱりんこ
10木	御飯 豚肉の生姜炒め 大根の和え物 味噌汁	米 豚肉 玉葱 ピーマン サラダ油 土生姜 砂糖 醤油 みりん 大根 人参 コーン 砂糖 醤油 ネギ 白菜 だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き
11金	御飯 キーマカレー キャベツのサラダ フルーツ	米 合ミンチ 玉葱 人参 カレールウ 無塩バター ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 キャベツ 人参 コーン ノンオイル風ドレッシング ミカン缶	牛乳 食べる 煮干し
12土	御飯 ワカメラーメン フルーツ	米 中華そば玉 鶏肉 ワカメ 玉葱 コーン サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープペースト パイン缶	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
14月	体育の日		
15火	御飯 サバの塩焼き 切干大根の煮物 味噌汁	米 サバ 料理酒 塩 切干大根 人参 GP サラダ油 砂糖 醤油 きざみあげ ネギ だし汁 味噌	牛乳 ふわっと えび味
16水	御飯 鶏肉のトマトソース煮 フロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ	米 鶏肉 玉葱 人参 ピーマン サラダ油 ダイストマト缶 ケチャップ 砂糖 コンソメ 塩 フロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミー 砂糖 チンゲンサイ 玉葱 コンソメ 醤油	牛乳 とろべー

日	10時間食		
	メニュー	主な食材	乳児のみ
17木	御飯 牛肉コロッケ 小松菜の煮浸し 味噌汁	米 牛肉コロッケ 油 トンカツソース 小松菜 人参 コーン きざみあげ だしかつお 砂糖 醤油 もやし ネギ だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し
18金	御飯 鶏肉の香味炒め 春雨サラダ 中華スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 キャベツ 砂糖 醤油 料理酒 白ネギ 春雨 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 胡麻油 玉葱 ワカメ 中華スープペースト 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き
19土	御飯 焼うどん フルーツ	米 細うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 サラダ油 焼きそばソース 醤油 塩 胡椒 青のり 黄桃缶	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
21月	御飯 アジの照り焼き ひじき煮 味噌汁	米 アジ 土生姜 醤油 料理酒 砂糖 みりん ひじき きざみあげ GP 人参 サラダ油 砂糖 醤油 料理酒 だし汁 ワカメ 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 ふわっと えび味
22火	御飯 鶏肉のケチャップ炒め ポテトサラダ コンソメスープ	米 鶏肉 塩 胡椒 サラダ油 玉葱 ピーマン 人参 ケチャップ 砂糖 醤油 じゃがいも MV 人参 エッグゲアマヨネーズ 塩 胡椒 キャベツ マカロニ コンソメ 醤油	牛乳 とろべー
23水	御飯 八宝菜 シュウマイ 中華スープ	米 豚肉 白菜 玉葱 人参 ピーマン 干椎茸 ムキエビ 片栗粉 サラダ油 料理酒 醤油 中華スープペースト 塩 シュウマイ ポン酢 春雨 チンゲンサイ 中華スープペースト 醤油	牛乳 ぱりんこ
24木	御飯 豚肉のチャブチェ 大根の胡麻和え すまし汁	米 春雨 豚肉 土生姜 醤油 料理酒 砂糖 胡麻油 人参 キャベツ 干椎茸 大根 人参 ワカメ 白胡麻 醤油 砂糖 人参 玉葱 だし汁 醤油	牛乳 食べる 煮干し
25金	御飯 かぼちゃコロッケ スパゲティサラダ コンソメスープ	米 ロールパン かぼちゃコロッケ 油 ブロッコリー スパゲティ MV 人参 塩 胡椒 エッグゲアマヨネーズ もやし キャベツ コンソメ 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き
26土	御飯 五目ラーメン フルーツ	米 中華そば玉 豚肉 玉葱 人参 干椎茸 コーン サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープペースト パイン缶	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
28月	御飯 揚げ餃子・フロッコリー ほうれん草のナムル 中華スープ	米 ギョーザ 油 ポン酢 ブロッコリー ほうれん草 人参 白胡麻 塩 胡麻油 ワカメ 玉葱 中華スープペースト 醤油	牛乳 ふわっと えび味
29火	御飯 鶏肉のつくね焼き 白菜とお麩のとろろ煮 味噌汁	米 鶏ミンチ 玉葱 片栗粉 豆腐 塩 胡椒 醤油 砂糖 みりん 白菜 切り麩 GP 人参 だし汁 みりん 醤油 キャベツ きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き
30水	御飯 豚肉と里芋の煮物 小松菜ともやしの和え物 味噌汁	米 豚肉 里芋 大根 人参 サラダ油 だし汁 砂糖 醤油 小松菜 もやし 人参 醤油 砂糖 ネギ ワカメ だし汁 味噌	牛乳 ぱりんこ
31木	御飯 菜めし デザート	米 菜めし 鶏肉 玉葱 南瓜 GP サラダ油 塩 胡椒 シチュールウ 牛乳 コンソメ フロッコリー 人参 コーン 塩 胡椒 エッグゲアマヨネーズ 動物園ゼリー	牛乳 とろべー

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	555	19.2	18.7	273	1.9
3歳以上児	554	19.8	17.6	226	2.1

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。
 ※ 国産のお米を使用しております。
 ※ だし汁は、だし昆布、だしかつおを使用しています。
 ※ エッグゲアマヨネーズは卵不使用のマヨネーズです。

※この値は1ヶ月の平均値です。