



9月 献立表



令和6年

ミルクホーム向小金園

| 日 曜 | 献立名 | | | あか | きいろ | みどり | その他 |
|-----|-------------------------|--|------------------------------|---|--|--|--|
| | 朝おやつ | 昼食 | おやつ | 体をつくる 血や肉になる | カや体温のもとになる | 体の調子を整える | |
| 2月 | 小魚せんべい 牛乳 | ご飯 中華スープ ホイコーロー 粉ふき芋 梨 麦茶 | きな粉ちんすこう 牛乳 | 豚肉 味噌 きな粉 牛乳 | 米 ごま油 油 砂糖 じゃが芋 薄力粉 小魚せんべい | コーン 小松菜 人参 キャベツ ピーマン しょうが にんにく パセリ 梨 玉ねぎ | 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶 ペーキングパウダー |
| 3火 | ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳 | ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ ごぼうの和風マヨ和え オレンジ 麦茶 | スイートポテト 牛乳 | 味噌 高野豆腐 いわしの煮付 牛乳 | 米 ノンエッグマヨネーズ さつまいも 砂糖 無塩バター ほうれん草と小松菜せんべい | 植物だし 南瓜 わかめ ごぼう 人参 大根 オレンジ キャベツ | 水 こいくちしょうゆ 麦茶 |
| 4水 | しらす&わか めせんべい 牛乳 | 丸パン コンソメスープ コーンミートローフ フレンチサラダ グレープフルーツ 麦茶 | こまつなおにぎり 麦茶 | 豚肉 木綿豆腐 ロースハム ツナ 牛乳 | 丸パン じゃが芋 油 パン粉 片栗粉 砂糖 米 ごま油 しらす&わかめせんべい | 人参 しめじ 玉ねぎ コーン ブロッコリー キャベツ きゅうり グレープフルーツ 小松菜 | チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 中濃ソース 殺物酢 麦茶 こいくちしょうゆ |
| 5木 | いわしせんべい 牛乳 | ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン焼き 塩昆布和え チーズ 麦茶 | キャロットオレンジゼリー ウエハース 牛乳 | 味噌 厚揚げ 鶏肉 チーズ 牛乳 | 米 片栗粉 油 砂糖 ウエハース いわしせんべい | 植物だし 玉ねぎ レモン 白菜 人参 ほうれん草 塩昆布 オレンジジュース アガー 大根 | 水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 |
| 6金 | ごませんべい 牛乳 | 【白露】ご飯 秋野菜の味噌汁 さばの塩焼き かぼちゃの煮物 梨 麦茶 | ライスクッキー 野菜ジュース | 味噌 さば 豚肉 牛乳 | 米 砂糖 油 ごませんべい ライスクッキー | 植物だし なす まいたけ 万能ねぎ 南瓜 人参 さやいんげん 梨 玉ねぎ 野菜ジュース | 水 料理酒 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 |
| 7土 | せんべい 牛乳 | 豚肉のすき煮丼 味噌汁 海藻サラダ パナナ 麦茶 | チーズ せんべい 牛乳 | 豚肉 味噌 木綿豆腐 チーズ 牛乳 | 米 片栗粉 砂糖 油 小魚せんべい せんべい | 玉ねぎ 人参 しらたき グリンピース 植物だし チンゲン菜 トマト きゅうり わかめ パナナ | 水 万能つゆ 殺物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 |
| 9月 | いわしせんべい 牛乳 | マーボー茄子丼 オニオンスープ 白菜の中華和え パイナップル 麦茶 | ボンデケーキ ジョア | 豚肉 味噌 チーズ 牛乳 ジョア | 米 玄米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま じゃが芋 薄力粉 いわしせんべい | なす 長ねぎ ビーマン しょうが にんにく 干しいたけ 玉ねぎ パセリ 白菜 人参 コーン パイナップル キャベツ | 水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 チキンスープの素 麦茶 |
| 10火 | ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳 | ご飯 味噌汁 アジフライ 納豆サラダ グレープフルーツ 麦茶 | ココアクッキー 牛乳 | 味噌 あじ 牛乳 納豆 ツナ チーズ | 米 さつまいも 小切麩 薄力粉 パン粉 油 無塩バター 砂糖 ほうれん草と小松菜せんべい ごま油 | 植物だし わかめ にんにく しょうが 大根 人参 グレープフルーツ きゅうり | 水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 麦茶 ココア |
| 11水 | 小魚せんべい 牛乳 | ご飯 チキンカレー キャベツのマヨサラダ パナナ 麦茶 | ゼリーボンチ ウエハース 牛乳 | 鶏肉 牛乳 | 米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ウエハース 小魚せんべい | 玉ねぎ 人参 キャベツ パブリカ きゅうり パナナ りんごジュース アガー バイン缶 白桃缶 | 水 カレールウ 塩 麦茶 |
| 12木 | クラッカー 牛乳 | 肉野菜うどん ちくわと干しえびのごまかき揚げ オレンジ 麦茶 | ケチャップライス 小魚 麦茶 | 豚肉 油揚げ かつおだしパック 焼き竹輪 干しえび ウインナー 煮干し 牛乳 | うどん 油 薄力粉 片栗粉 ごま 米 クラッカー | 人参 干しいたけ 白菜 長ねぎ ほうれん草 玉ねぎ オレンジ ビーマン | 水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶 チキンスープの素 トマトケチャップ |
| 13金 | しらす&わか めせんべい 牛乳 | ご飯 コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き 人参ドレッシングサラダ チーズ 麦茶 | あんバターサンド 牛乳 | 鶏肉 チーズ こしあん 牛乳 | 米 マーマレード 食パン 無塩バター しらす&わかめせんべい | 玉ねぎ キャベツ しめじ もやし ブロッコリー 人参 | 水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 人参ドレッシング 麦茶 |
| 14土 | ごませんべい 牛乳 | 厚揚げのうま煮丼 味噌汁 はりはり漬け グレープフルーツ 麦茶 | カップゼリー せんべい 牛乳 | 厚揚げ 豚肉 味噌 牛乳 | 米 ごま油 砂糖 片栗粉 小切麩 いちごゼリー せんべい ごませんべい じゃが芋 | 人参 玉ねぎ グリンピース 植物だし 小松菜 切干大根 きゅうり グレープフルーツ | 水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 殺物酢 麦茶 |
| 17火 | ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳 | そばろ丼 豚汁 トマトの和え物 みかんヨーグルト 麦茶 | 【中秋の名月】うさぎの スイートポテト 牛乳 | 味噌 高野豆腐 牛乳 ヨーグルト 鶏肉 豚肉 ツナ | 米 さつまいも 砂糖 無塩バター 片栗粉 ごま ほうれん草と小松菜せんべい | 植物だし ごぼう 人参 大根 みかん缶 コーン いんげん とまと きゅうり 長ねぎ | 水 こいくちしょうゆ 麦茶 |
| 18水 | しらす&わか めせんべい 牛乳 | 丸パン コンソメスープ コーンミートローフ フレンチサラダ グレープフルーツ 麦茶 | こまつなおにぎり 麦茶 | 豚肉 木綿豆腐 ロースハム ツナ 牛乳 | 丸パン じゃが芋 油 パン粉 片栗粉 砂糖 米 ごま油 しらす&わかめせんべい | 人参 しめじ 玉ねぎ コーン ブロッコリー キャベツ きゅうり グレープフルーツ 小松菜 | チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 中濃ソース 殺物酢 麦茶 こいくちしょうゆ |
| 19木 | いわしせんべい 牛乳 | ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン焼き 塩昆布和え チーズ 麦茶 | キャロットオレンジゼリー ウエハース 牛乳 | 味噌 厚揚げ 鶏肉 チーズ 牛乳 | 米 片栗粉 油 砂糖 ウエハース いわしせんべい じゃが芋 | 植物だし 玉ねぎ レモン 白菜 人参 ほうれん草 塩昆布 オレンジジュース アガー | 水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 |
| 20金 | ごませんべい 牛乳 | 【秋分】ご飯 すまし汁 鮭のきのこ味噌焼き さつまいもの鶏そぼろ煮 パイナップル 麦茶 | 二色おはぎ 麦茶 | かつおだしパック 鮭 味噌 鶏肉 きな粉 つぶあん 牛乳 | 米 砂糖 油 さつまいも 片栗粉 ごませんべい | 大根 小松菜 まいたけ えのき茸 人参 さやいんげん パイナップル 長ねぎ | 水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 万能つゆ 麦茶 |
| 21土 | せんべい 牛乳 | 豚肉のすき煮丼 味噌汁 海藻サラダ パナナ 麦茶 | チーズ せんべい 牛乳 | 豚肉 味噌 木綿豆腐 チーズ 牛乳 | 米 片栗粉 砂糖 油 小魚せんべい せんべい | 玉ねぎ 人参 しらたき グリンピース 植物だし チンゲン菜 トマト きゅうり わかめ パナナ 大根 | 水 万能つゆ 殺物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 |
| 24火 | ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳 | ご飯 味噌汁 アジフライ 納豆サラダ みかん缶 麦茶 | ココアクッキー 牛乳 | 味噌 あじ 牛乳 納豆 ツナ チーズ | 米 さつまいも 小切麩 薄力粉 パン粉 油 ごま油 無塩バター 砂糖 ほうれん草と小松菜せんべい | 植物だし わかめ にんにく しょうが 青のり 大根 人参 きゅうり みかん缶 | 水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 麦茶 ココア |
| 25水 | 小魚せんべい 牛乳 | ご飯 チキンカレー キャベツのマヨサラダ パナナ 麦茶 | ゼリーボンチ ウエハース 牛乳 | 鶏肉 牛乳 | 米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ウエハース 小魚せんべい | 玉ねぎ 人参 キャベツ パブリカ きゅうり パナナ りんごジュース アガー バイン缶 白桃缶 | 水 カレールウ 塩 麦茶 |
| 26木 | しらす&わか めせんべい 牛乳 | ご飯 コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き 人参ドレッシングサラダ チーズ 麦茶 | マドレーヌ | 鶏肉 チーズ 木綿豆腐 牛乳 クリーム | 米 マーマレード ホットケーキミックス 砂糖 無塩バター しらす&わかめせんべい | 玉ねぎ キャベツ しめじ もやし ブロッコリー 人参 レモン | 水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 人参ドレッシング 麦茶 |
| 27金 | クラッカー 牛乳 | 肉野菜うどん ちくわと干しえびのごまかき揚げ オレンジ 麦茶 | ケチャップライス 小魚 麦茶 | 豚肉 油揚げ かつおだしパック 焼き竹輪 干しえび ウインナー 煮干し 牛乳 | うどん 油 薄力粉 片栗粉 ごま 米 クラッカー | 人参 干しいたけ 白菜 長ねぎ ほうれん草 玉ねぎ オレンジ ビーマン | 水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶 チキンスープの素 トマトケチャップ |
| 28土 | ごませんべい 牛乳 | 厚揚げのうま煮丼 味噌汁 はりはり漬け グレープフルーツ 麦茶 | ヨーグルト和え せんべい 麦茶 | 厚揚げ 豚肉 味噌 牛乳 ヨーグルト | 米 ごま油 砂糖 片栗粉 小切麩 いちごゼリー せんべい ごませんべい | 人参 玉ねぎ グリンピース 植物だし 小松菜 切干大根 きゅうり グレープフルーツ りんご缶 | 水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 殺物酢 麦茶 |
| 30月 | いわしせんべい 牛乳 | マーボー茄子丼 オニオンスープ 白菜の中華和え パイナップル 麦茶 | ボンデケーキ 牛乳 | 豚肉 味噌 チーズ 牛乳 | 米 玄米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま じゃが芋 薄力粉 いわしせんべい | なす 長ねぎ ビーマン しょうが にんにく 干しいたけ 玉ねぎ パセリ 白菜 人参 コーン パイナップル キャベツ | 水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 塩 麦茶 |

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。

| | エネルギー (kcal) | たんぱく質 (g) | 脂質 (mg) | カルシウム (mg) | 食塩相当量 (g) |
|-------|-----------------|--------------|------------|---------------|--------------|
| 幼 目標量 | 566 | 21.2 | 18.2 | 270 | 1.6 |
| 児 平均量 | 565 | 20.7 | 17.6 | 274 | 1.6 |
| 乳 目標量 | 462 | 17.4 | 14.9 | 225 | 1.5 |
| 児 平均量 | 492 | 18.1 | 15.7 | 295 | 1.4 |



令和6年 9月離乳食献立表



ミルキーホーム向小金園

| | | 中期 | | 後期 | | |
|----|---|--|--|--|--|-----------|
| 日 | 曜 | お昼 | | お昼 | | |
| | | | | 午後 | | |
| 2 | 月 | お粥 小松菜のスープ 豚肉とキャベツの味噌煮 じゃが芋の煮物 | | 軟飯 小松菜のスープ 豚肉とキャベツの味噌煮 スティックじゃが芋 | | きな粉軟飯 |
| 3 | 火 | お粥 かぼちゃの味噌汁 高野豆腐と人参の煮物 大根の煮物 | | 軟飯 かぼちゃの味噌汁 高野豆腐と人参の煮物 スティック大根 | | スティックさつま芋 |
| 4 | 水 | お粥 じゃが芋のスープ 豚そぼろとブロッコリーの煮物 きゅうりの煮物 | | 軟飯 じゃが芋のスープ 豚そぼろとブロッコリーの煮物 スティックきゅうり | | ケチャップ軟飯 |
| 5 | 木 | お粥 玉ねぎの味噌汁 鶏ももと白菜の煮物 ほうれん草の煮物 | | 軟飯 玉ねぎの味噌汁 鶏ももと白菜の煮物 ほうれん草の煮物 | | 人参軟飯 |
| 6 | 金 | お粥 人参の味噌汁 かれいと茄子の煮物 かぼちゃの煮物 | | 軟飯 人参の味噌汁 かれいと茄子の煮物 かぼちゃの煮物 | | ハイハイン |
| 7 | 土 | お粥 きゅうりの味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物 | | 軟飯 きゅうりの味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物 バナナ | | 軟飯 |
| 9 | 月 | お粥 玉ねぎのスープ 豚そぼろと人参の煮物 茄子の味噌煮 | | 軟飯 玉ねぎのスープ 豚そぼろと人参の煮物 茄子の味噌煮 | | スティックじゃが芋 |
| 10 | 火 | お粥 麩の味噌汁 かれいとさつま芋の煮物 大根の煮物 | | 軟飯 納豆 麩の味噌汁 かれいとさつま芋の煮物 スティック大根 | | おかか軟飯 |
| 11 | 水 | お粥 人参のスープ 鶏ももとじゃが芋の煮物 キャベツの煮物 | | 軟飯 人参のスープ 鶏ももとじゃが芋の煮物 キャベツの煮物 バナナ | | 味噌軟飯 |
| 12 | 木 | 豚肉と野菜の煮込みうどん 玉ねぎの煮物 | | 豚肉と野菜の煮込みうどん 玉ねぎの煮物 | | ケチャップ軟飯 |
| 13 | 金 | お粥 玉ねぎのスープ 鶏ももとブロッコリーの煮物 人参の煮物 | | 軟飯 玉ねぎのスープ 鶏ももとブロッコリーの煮物 スティック人参 | | スティックパン |
| 14 | 土 | お粥 小松菜の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 きゅうりの煮物 | | 軟飯 小松菜の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 スティックきゅうり | | 青のり軟飯 |
| 17 | 火 | お粥 かぼちゃの味噌汁 鶏とトマトの煮物 大根の煮物 | | 軟飯 かぼちゃの味噌汁 鶏とトマトの煮物 スティック大根 | | スティックさつま芋 |
| 18 | 水 | お粥 じゃが芋のスープ 豚そぼろとブロッコリーの煮物 きゅうりの煮物 | | 軟飯 じゃが芋のスープ 豚そぼろとブロッコリーの煮物 スティックきゅうり | | ケチャップ軟飯 |
| 19 | 木 | お粥 玉ねぎの味噌汁 鶏ももと白菜の煮物 ほうれん草の煮物 | | 軟飯 玉ねぎの味噌汁 鶏ももと白菜の煮物 ほうれん草の煮物 | | 人参軟飯 |
| 20 | 金 | お粥 さやいんげんのスープ 鮭と大根の味噌煮 さつま芋の煮物 | | 軟飯 さやいんげんのスープ 鮭と大根の味噌煮 スティックさつま芋 | | きな粉軟飯 |
| 21 | 土 | お粥 きゅうりの味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物 | | 軟飯 きゅうりの味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物 バナナ | | 軟飯 |
| 24 | 火 | お粥 麩の味噌汁 かれいとさつま芋の煮物 大根の煮物 | | 軟飯 納豆 麩の味噌汁 かれいとさつま芋の煮物 スティック大根 | | おかか軟飯 |
| 25 | 水 | お粥 人参のスープ 鶏ももとじゃが芋の煮物 キャベツの煮物 | | 軟飯 人参のスープ 鶏ももとじゃが芋の煮物 キャベツの煮物 バナナ | | 味噌軟飯 |
| 26 | 木 | お粥 玉ねぎのスープ 鶏ももとブロッコリーの煮物 人参の煮物 | | 軟飯 玉ねぎのスープ 鶏ももとブロッコリーの煮物 スティック人参 | | ミルク軟飯 |
| 27 | 金 | 豚肉と野菜の煮込みうどん 玉ねぎの煮物 | | 豚肉と野菜の煮込みうどん 玉ねぎの煮物 | | ケチャップ軟飯 |
| 28 | 土 | お粥 小松菜の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 きゅうりの煮物 | | 軟飯 小松菜の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 スティックきゅうり | | 青のり軟飯 |
| 30 | 月 | お粥 玉ねぎのスープ 豚そぼろと人参の煮物 茄子の味噌煮 | | 軟飯 玉ねぎのスープ 豚そぼろと人参の煮物 茄子の味噌煮 | | スティックじゃが芋 |