




令和6年9月献立表

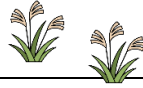
大井・千代川こども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名				栄養価
			黄	赤	緑	その他	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
02月	昼食	御飯 鶏肉のごま照焼き 切干し大根の煮物 みそ汁	白米(国産) 砂糖	カットわかめ(中国) 鶏むね肉(熊本)、白ごま 油揚げ、みそ いりこ	人参(長崎)、切干大根(宮崎) グリーンピース(インド) ほうれん草(ミャンマー) 玉ねぎ(兵庫)	濃口しょうゆ みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 469 kcal たんぱく質 28.1 g 脂 質 8.6 g カルシウム 135 mg
	午後 おやつ	お茶 冷製スパゲティ		ツナ缶(タイ)	トマト缶(イタリア)	コンソメ、バジル粉、塩	
03火	昼食	御飯 厚揚げのそぼろ煮 春雨サラダ みそ汁	白米(国産) 油、片栗粉 春雨、砂糖、ごま油	厚揚げ、鶏ひき肉(熊本) 木綿豆腐、みそ いりこ	グリーンピース(インド) 玉ねぎ(兵庫)、えのき(長野) もやし(静岡)、キャベツ(愛知) 白菜(長崎)、人参(長崎)	濃口しょうゆ 料理酒 酢 かつお・昆布だし汁	エネルギー 521 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 17.9 g カルシウム 360 mg
	午後 おやつ	牛乳 スティック揚げパン(きなこ)	食パン(乳含む)、油、砂糖	牛乳 きなこ			
04水	昼食	御飯 アジの南蛮漬け 卵の花 みそ汁	白米(国産) 油、片栗粉、砂糖 糸コンニャク、ごま油	木綿豆腐、みそ あじ(ニュージーランド) おから(アメリカ)、ちくわ 油揚げ、いりこ	玉ねぎ(兵庫) 絹さや(中国) 人参(長崎)、ねぎ(兵庫) ほうれん草(ミャンマー)	濃口しょうゆ、酢 料理酒 かつお・昆布だし汁	エネルギー 405 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 9.8 g カルシウム 159 mg
	午後 おやつ	お茶 水ようかん	砂糖	こしあん	粉末寒天	塩	
05木	昼食	冷やしうどん がんもの含め煮 白菜のごま和え	うどん 砂糖	豚もも肉(鹿児島) カットわかめ(中国) 白ごま、がんもどき 油揚げ、いりこ	きゅうり(高知) 人参(長崎)、いんげん(タイ) 白菜(長崎)、コーン(アメリカ)	みりん、塩 かつお・昆布だし汁 濃口しょうゆ	エネルギー 386 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 11.1 g カルシウム 193 mg
	午後 おやつ	お茶 菜飯おにぎり	白米(国産)		菜飯ご飯の素		
06金	昼食	御飯 マーボー豆腐 大根のツナサラダ 春雨スープ	白米(国産) ごま油、砂糖、片栗粉 春雨	カットわかめ(中国) 木綿豆腐、鶏ひき肉(熊本) ツナ缶(タイ)、みそ 赤みそ、いりこ	ブロッコリー(エクアドル) 玉ねぎ(兵庫)、しょうが(中国) 大根(長崎)、人参(長崎) コーン(アメリカ)、ねぎ(兵庫)	料理酒、濃口しょうゆ ノンオイル和風ドレッシング 中華だしの素、塩	エネルギー 487 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 15.4 g カルシウム 282 mg
	午後 おやつ	牛乳 ピーチゼリー		牛乳		カップゼリーの素(ピーチ)	
07土	お弁当の日 						
09月	昼食	御飯 コロッケ パンパンジーサラダ みそ汁	白米(国産) 油 砂糖	みそ コロッケ(乳含む) 鶏むね肉(熊本)、白ごま いりこ	ほうれん草(ミャンマー) キャベツ(愛知) 人参(長崎) 玉ねぎ(兵庫)	クチャップ、ウスターソース 酢、濃口しょうゆ 料理酒、塩 かつお・昆布だし汁	エネルギー 424 kcal たんぱく質 14 g 脂 質 9.8 g カルシウム 109 mg
	午後 おやつ	お茶 豆乳プリン	砂糖	豆乳	粉末寒天		
10火	昼食	ピピン丼 焼きビーフン わかめスープ	白米(国産)、砂糖、片栗粉 ビーフン、油、ごま油	豚ひき肉(鹿児島) 豚もも肉(鹿児島) カットわかめ(中国) 木綿豆腐、いりこ	もやし(静岡) 玉ねぎ(兵庫)、キャベツ(愛知) 人参(長崎) ほうれん草(ミャンマー)	料理酒 濃口しょうゆ 中華だしの素	エネルギー 657 kcal たんぱく質 25.8 g 脂 質 21.7 g カルシウム 291 mg
	午後 おやつ	牛乳 セサミトースト	食パン(乳含む)、砂糖	牛乳、白ごま 無塩バター(乳含む)			
11水	昼食	御飯 コーン焼き マカロニサラダ スープ	白米(国産) 片栗粉、上新粉、油 マヨネーズ(卵含む) マカロニ	鶏ひき肉(熊本) いりこ	コーン(アメリカ)、玉ねぎ(兵庫) しょうが(中国) ブロッコリー(エクアドル)、人参(長崎) もやし(静岡)、ほうれん草(ミャンマー)	濃口しょうゆ 塩、こしょう コンソメ	エネルギー 472 kcal たんぱく質 16.2 g 脂 質 13.7 g カルシウム 130 mg
	午後 おやつ	お茶 フルーチェ		牛乳、フルーチェ(いちご)			
12木	昼食	御飯 さばのみそ焼き ほうれん草の白和え にゅうめん汁	白米(国産) ごま油 砂糖 そうめん	みそ、白ごま さば(ノルウェー) 木綿豆腐、ちくわ いりこ	人参(長崎) ほうれん草(ミャンマー) ねぎ(兵庫)	淡口しょうゆ みりん、料理酒 濃口しょうゆ、塩 かつお・昆布だし汁	エネルギー 379 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 6.7 g カルシウム 130 mg
	午後 おやつ	お茶 ボン菓子	白米(国産) 砂糖			塩	
13金	昼食	カレーライス フレンチサラダ オレンジ	白米(国産)、油 フレンチ白ドレッシング (卵含む) じゃが芋(園・北海道)	牛もも(オーストラリア) ハム(卵 乳含む) いりこ	玉ねぎ(園・兵庫)、グリーンピース(インド) キャベツ(愛知)、ブロッコリー(エクアドル) オレンジ(オーストラリア) 人参(長崎)、コーン(アメリカ)	バーモントカレー(乳含む)	エネルギー 643 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 24.7 g カルシウム 283 mg
	午後 おやつ	牛乳 ドーナツ	油 ホットケーキミックス(乳含む)	牛乳 たまご(香川)			
14土	お弁当の日 						
16月	敬老の日 						

* 献立にたくさんのメニューがありますので、スプーン、フォーク、お箸の3点セットになっているものをご用意頂き、毎日持たせてください。
また、持ち帰りました、スプーン、フォーク、お箸、ケースは毎日きれいに洗ってから翌日持たせてください。

* 9月13日のカレーライスには園の畑で収穫した玉ねぎとじゃが芋も使用します。

令和6年9月献立表



大井・千代川こども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名				栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
17 火	昼食	御飯 白身魚のフライ 大根のそぼろ煮 みそ汁	白米（国産） タルタルソース（卵含む） 片栗粉 油	みそ、油揚げ 白身魚フライ 鶏ひき肉（熊本） いりこ	人参（長崎） 玉ねぎ（兵庫） 大根（長崎） キャベツ（愛知）	濃口しょうゆ みりん、塩 かつお・昆布だし汁	エネルギー 418 kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 10.4 g カルシウム 111 mg
	午後 おやつ	お茶 お月見・豆腐団子（みたらし） 乳児・きな粉おにぎり	上新粉 白玉粉、三温糖、片栗粉 砂糖、白米（国産）	木綿豆腐 きなこ		濃口しょうゆ	
18 水	昼食	さつま芋御飯 筑前煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	白米（国産） 里芋（中国） 糸こんにゃく、砂糖 麩、さつま芋（徳島）	黒ごま 鶏もも肉（熊本）、ちくわ 木綿豆腐、みそ いりこ	大根（長崎）、ごぼう（北海道） いんげん（タイ）、たけのこ（中国） ほうれん草（ミャンマー）、もやし（静岡） 人参（長崎）、ねぎ（兵庫）	塩 料理酒、みりん 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 330 kcal たんぱく質 16.4 g 脂 質 3.7 g カルシウム 120 mg
	午後 おやつ	お茶 ぱりんこ	ぱりんこ				
19 木	昼食	ロールパン ソース焼きそば もやしサラダ みそ汁	ロールパン（乳含む） 焼きそば麺、油 もやし	みそ、青のり 豚もも肉（鹿児島） ツナ缶（タイ） 木綿豆腐、いりこ	ブロッコリー（エクアドル） キャベツ（愛知）、玉ねぎ（兵庫） もやし（静岡） 白ねぎ（兵庫）、人参（長崎）	焼きそばソース、塩 ノンオイル和風ドレッシング かつお・昆布だし汁	エネルギー 536 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 15.5 g カルシウム 125 mg
	午後 おやつ	お茶 鮭わかめおにぎり	白米（国産）			鮭わかめご飯の素	
20 金	昼食	ケチャップライス チキンカツ 大豆サラダ スープ	白米（国産） 油 マヨネーズ（卵含む） パン粉、小麦粉	鶏もも肉（熊本） 鶏むね肉（熊本） ハム（卵 乳含む） 水煮大豆（国産）、いりこ	玉ねぎ（兵庫）、グリーンピース（インド） キャベツ（愛知）、人参（長崎） コーン（アメリカ） 白菜（長崎）、もやし（静岡）	ケチャップ、コンソメ、塩 ウスターソース 淡口しょうゆ 中華だしの素	エネルギー 641 kcal たんぱく質 23.6 g 脂 質 25.7 g カルシウム 351 mg
	午後 おやつ	牛乳 プリンアラモード	プリンミックス（乳含む） たべっこ動物（バター（乳含む）ビスケット）	牛乳 ホイップクリーム（乳含む）	牛乳 バイン缶（タイ）		
21 土	お弁当の日						
23 月	振替休日						
24 火	昼食	御飯 鶏のレモン漬け おからサラダ みそ汁	白米（国産） 砂糖、油、小麦粉 マヨネーズ（卵含む）	みそ、油揚げ 鶏むね肉（熊本） おから（アメリカ） いりこ	レモン果汁 ブロッコリー（エクアドル）、人参（長崎） キャベツ（愛知）、玉ねぎ（兵庫）	濃口しょうゆ、みりん コンソメ かつお・昆布だし汁	エネルギー 514 kcal たんぱく質 25.8 g 脂 質 14.0 g カルシウム 275 mg
	午後 おやつ	牛乳 りんご寒天ゼリー	牛乳 砂糖	牛乳 粉末寒天	牛乳 りんごジュース		
25 水	昼食	御飯 肉豆腐 いんげんごま和え みそ汁	白米（国産） 砂糖	みそ、豚もも肉（鹿児島） 焼き豆腐 すりごま いりこ	しめじ（長野）、白ねぎ（兵庫） しょうが（中国） いんげん（タイ）、人参（長崎） 白菜（長崎）、玉ねぎ（兵庫）	みりん 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 500 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 9.3 g カルシウム 130 mg
	午後 おやつ	お茶 きな粉おはぎ	白米（国産）、もち米（国産） 砂糖	きなこ		塩	
26 木	昼食	御飯 さばの塩焼き 五目豆 豚汁	白米（国産） 砂糖	豚もも肉（鹿児島）、みそ さば（ノルウェー） 水煮大豆（国産）、ひじき いりこ	大根（長崎）、人参（長崎） ごぼう（北海道）、いんげん（タイ） ねぎ（兵庫）	塩 濃口しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 593 kcal たんぱく質 28.3 g 脂 質 22.4 g カルシウム 333 mg
	午後 おやつ	牛乳 マーラーカオ	ホットケーキミックス（乳含む） 油、砂糖	牛乳 たまご（香川）		濃口しょうゆ	
27 金	昼食	ハヤシライス 白菜サラダ バナナ	白米（国産） マヨネーズ（卵含む） じゃが芋（北海道）、油	豚もも肉（鹿児島） ハム（卵 乳含む） いりこ	玉ねぎ（兵庫）、グリーンピース（インド） 白菜（長崎）、人参（長崎） バナナ（フィリピン） コーン（アメリカ）	ハヤシルー、ケチャップ 塩	エネルギー 518 kcal たんぱく質 15.7 g 脂 質 14.0 g カルシウム 97 mg
	午後 おやつ	お茶 わらび餅	わらび餅粉、砂糖	きなこ		塩	
28 土	お弁当の日						
30 月	昼食	御飯 鶏肉となすのトマト煮 スパゲティサラダ みそ汁	白米（国産） 油、砂糖 マヨネーズ（卵含む） スパゲッティ	みそ 鶏もも肉（熊本） 木綿豆腐 いりこ	ブロッコリー（エクアドル）、玉ねぎ（兵庫） トマト缶（イタリア）、グリーンピース（インド） 人参（長崎）、コーン（アメリカ）、なす（高知） えのき（長野）、ほうれん草（ミャンマー）	ケチャップ、塩 コンソメ かつお・昆布だし汁	エネルギー 573 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 21.4 g カルシウム 263 mg
	午後 おやつ	牛乳 オレンジゼリー		牛乳		カップゼリーの素（オレンジ）	

*午前のおやつは乳児のみです。月・水・金は牛乳、火・木はヨーグルトになります。

*都合により 給食内容が変更になることがあります。

*天候や仕入れ先の入荷状況によって表記の原産地とは異なる産地から食材を入荷することがあります。

