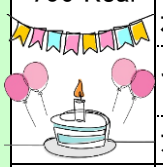
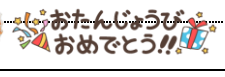
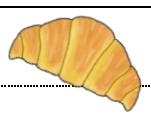
９月のメニュー

８月26日（金）
まこと幼稚園

1日(木)→始業式
5日(月)→9月誕生日会
27日(火)→年少運動会
（年中・年長給食あり）
28日(水)→年中運動会
（全園児給食あり）
29日(木)→年長運動会
（全園児給食あり）

まだまだ暑い日が続いていますが、少しずつ秋の気配を感じるようになりました。
９月が旬の舞茸は、腸内環境を整える「食物繊維」や塩分の排泄を促す「カリウム」、老化対策の「ポリフェノール」が豊富に含まれています。きのこのうま味成分である「グルタミン酸」「グアニル酸」と肉や魚のうま味成分である「イノシン酸」を組み合わせることによって、相乗効果でうまみが何倍にもなります。魚を入れた炊き込みご飯やすき焼き、きのこと玉ねぎのマリネ等がおすすめです。

日程	献立	原材料
9月1日 （木曜日） 426 Kcal	白おにぎり	米
	ｲｶ天　ﾀﾙﾀﾙｿｰｽ	イカ　塩コショウ　鶏卵　小麦粉　油　マヨネーズ　玉ねぎ　酢　砂糖　みりん　白ワイン
	がんもといんげんの煮物	がんも　いんげん　だし　醤油　砂糖　みりん
	和風ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ	スパゲティ　エリンギ　赤ピーマン　だし　醤油　みりん　塩　コショウ
	人参と鶏肉の胡麻和え	人参　鶏肉　すりごま　だし　醤油　砂糖　みりん
9月2日 （金曜日） 440 Kcal	冷やしそうめん	そうめん　ツナ　錦糸卵　オクラ　かにかま　白ごま　水　濃口醤油　砂糖　かつおだし
	バナナ	バナナ
	牛乳	
9月5日 （月曜日） 706 Kcal 	白おにぎり	米
	豚じゃが	豚肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参　醤油　砂糖　みりん
	ゆで卵	ゆで卵　塩
	ﾔﾝｸﾞｺｰﾝの天ぷら	ヤングコーン　小麦粉　鶏卵　塩　油
	さつま揚げの甘辛煮	さつま揚げ（卵白含む）　白ゴマ　だし　醤油　砂糖　みりん
	ｵｸﾗとじゃこの和え物	オクラ　ちりめんじゃこ　油　醤油　みりん
	マドレーヌ	卵（国産）　砂糖　バター　小麦粉　米あめ　オリゴ糖　転化糖　バニラシロップ　食塩　乾燥卵白　でん粉　寒天 
	カルピス	乳（国内製造）　砂糖　香料　大豆多糖類
9月6日 （火曜日） 503 Kcal	ロールパン	小麦粉　砂糖　マーガリン　発酵調味料　乳等を主原料とする食品　パン酵母　食塩　乳化剤　増粘剤（キサンタン）　酢酸Na　イーストフード　V.C.　香料
	焼きそば	中華麺　豚肉　キャベツ　人参　玉ねぎ　お好みソース　とんかつソース　油
	キャンディーチーズ	ナチュラルチーズ　乳化剤
	牛乳	
9月7日 （水曜日） 445 Kcal	白おにぎり	米
	豚肉のﾄﾏﾄｸﾘｰﾑ煮	豚肉　玉ねぎ　人参　グリンピース　ｸﾘｰﾑｼﾁｭｰﾙｰ　ホールトマト　ケチャップ　塩　コショウ
	ﾊﾟﾌﾟﾘｶとえのきのﾏﾖ和え	パプリカ黄　パプリカ赤　えのき　マヨネーズ　砂糖　塩　コショウ
	ｳｲﾝﾅｰｿﾃｰ	ウインナー　塩　コショウ
	手作りｺﾛｯｹ	牛肉　豚肉　じゃがいも　玉ねぎ　スキムミルク　牛乳　砂糖　酒　塩　コショウ　鶏卵　小麦粉　パン粉　油
9月8日 （木曜日） 405 Kcal	クロワッサン 	小麦粉　マーガリン　卵　砂糖　パン酵母　食塩　脱脂粉乳　ホエイパウダー　乳等を主原料とする食品　乳化剤　V.C　香料
	ポトフ	人参　じゃがいも　玉ねぎ　ブロッコリー　キャベツ　ポークビッツ　コンソメ
	ミニトマト	ミニトマト
	牛乳	
9月9日 （金曜日） 468 Kcal	醤油ラーメン	中華麺　豚肉　キャベツ　もやし　にんじん　青ネギ　鶏がらスープ　かつおだし　濃口醤油　ごま油　水
	パイン缶	パインアップル　砂糖/クエン酸
	牛乳	

日程	献立	原材料
9月12日 (月曜日) 512 Kcal	白おにぎり	米
	鶏しゃぶ	鶏ほぐし身(鶏肉 砂糖 食塩 香辛料 小麦たん白 調味料 増粘剤ﾄﾚﾊﾛｰｽ ph調整剤 香料 ﾎﾟﾘﾘﾝ酸Na 酸化防止剤(一部に小麦･鶏肉を含む)　キャベツ 人参 マヨネーズ 味噌 にんにく 酢 醤油 砂糖 すりごま 胡麻油
	春雨とハムの酢の物	春雨 ロースハム 人参 すりごま だし 穀物酢 醤油 砂糖 塩
	肉団子	豚肉 牛肉 玉ねぎ しょうが 鶏卵 塩 コショウ 酒 パン粉 ごま油 片栗粉 油 中華だし 穀物酢 醤油 砂糖 みりん ごま
	かぼちゃの天ぷら	かぼちゃ 鶏卵 小麦粉 塩 油
	昆布豆	大豆 昆布 だし 醤油 砂糖 みりん
9月13日 (火曜日) 508 Kcal	ハヤシライス	ごはん 牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも ハヤシﾙｳ
	ミニゼリー	異性化液糖 濃縮アップル果汁 濃縮果汁(アップル・グレープ・ピーチ・オレンジ・パイナップル) 砂糖 食塩／ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 香料 甘味料(ソルビトール)、着色料(紅花黄・クチナシ・アカキャベツ)、(一部にりんご・もも・オレンジを含む)
	牛乳	
9月14日 (水曜日) 440 Kcal	白おにぎり	米
	ﾎﾟｰｸｹﾁｬｯﾌﾟ	豚肉 玉ねぎ 黄ピーマン コンソメ ケチャップ ソース 砂糖 塩コショウ
	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾏﾖｻﾗﾀﾞ	スパゲティ ハム(卵白含む) 人参 マヨネーズ 醤油 塩 コショウ
	さつまいもﾊﾞﾀｰ	さつまいも マーガリン(ﾊﾞﾀｰ) 砂糖 塩
	ﾚﾝｺﾝの天ぷら	れんこん 塩 鶏卵 小麦粉 油
9月15日 (木曜日) 312 Kcal	丸ロール	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード V.C. 香料
	豚汁	人参 ちくわ 小芋 うすあげ 大根 みそ かつおだし
	パイン缶	パインアップル 砂糖/クエン酸
	牛乳	
9月16日 (金曜日) 446 Kcal	冷やし中華	中華麺 ハム もやし きゅうり 錦糸卵 ミニトマト 白ごま しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 水
	キャンディーチーズ	ナチュラルチーズ 乳化剤
	牛乳	
9月20日 (火曜日) 590 Kcal	すきやき丼	牛肉 白菜 糸こん 麩 椎茸 醤油 砂糖 酒 みりん だし 米
	りんごジュース	りんご ﾋﾞﾀﾐﾝC
9月21日 (水曜日) 396 Kcal	白おにぎり	米
	鯖の塩焼き	鯖 塩
	高野豆腐とｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽの煮物	高野豆腐 グリンピース だし 醤油 砂糖 みりん
	筑前煮	鶏肉 レンコン ごぼう たけのこ 人参 だし 醤油 砂糖　みりん
	ﾔﾝｸﾞｺｰﾝのｵｰﾛﾗ和え	ヤングコーン マヨネーズ ケチャップ 砂糖 塩 コショウ
9月22日 (木曜日) 336 Kcal	黒糖ミルク	ミルクフラワーペースト(国内製造) 小麦粉 加工黒糖 発酵風味料 マーガリン 乳等を主要原料とする食品 パン酵母 ファットスプレッド 食塩 / トレハロース 加工澱粉 グリシン 着色料(カラメル カロテノイド) 乳化剤 増粘多糖類 酢酸Na 香料 pH調整剤 イーストフード V.C. (一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)
	コンソメスープ	ベーコン 人参 玉ねぎ キャベツ コーン コンソメ
	ミニトマト	ミニトマト
	牛乳	
9月26日 (月曜日) 410 Kcal	白おにぎり	米
	ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾃﾞﾐｿｰｽ	豚肉 牛肉 鶏肉 鶏卵 玉ねぎ パン粉 粒状植物性蛋白 牛乳 砂糖 食塩 清酒 発酵調味料 しょうがﾍﾟｰｽﾄ にんにくﾍﾟｰｽﾄ 香辛料 マッシュルーム マーガリン(ﾊﾞﾀｰ) コンソメ ハヤシルウ(ﾌﾚｰｸ) ソース ケチャップ 醤油 砂糖
	冬瓜と椎茸のｺﾝｿﾒ煮	とうがん 椎茸 コンソメ 醤油 塩コショウ
	ｽﾞｯｷｰﾆのﾏﾖ和え	ズッキーニ マヨネーズ 砂糖 塩 コショウ
	ﾊﾞﾀｰｺｰﾝ	コーン 人参 マーガリン(ﾊﾞﾀｰ) 砂糖 塩 コショウ
	ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ	じゃがいも 油 塩

日程	献立	原材料
9月27日 （火曜日） 412 Kcal	8の字パン	小麦粉　砂糖　マーガリン　発酵調味料　乳等を主原料とする食品　パン酵母　食塩　乳化剤　増粘剤（キサンタン）　酢酸Na　イーストフード　V.C.　香料
	五目汁	鶏肉　人参　大根　水菜　糸こんにゃく　青ネギ　ちくわ　淡口醤油　みりん　ごま油　かつおだし
	バナナ	バナナ
	牛乳	
9月28日 （水曜日） 406 Kcal	白おにぎり	米
	唐揚げ	鶏肉　塩　コショウ　鶏卵　生姜　にんにく　醤油　酒　ごま油　片栗粉　油
	ｷｬﾍﾞﾂとｶﾆｶﾏの煮浸し	キャベツ　かにかま　だし　醤油　砂糖　みりん
	糸こんと人参の金平	糸こん　人参　ゴマ　だし　醤油　　砂糖　　みりん　ゴマ油
	ｵｸﾗのおかか醤油	オクラ　かつおぶし　醤油　砂糖
9月29日 （木曜日） 313 Kcal	ミルクツイスト	小麦粉　牛乳ペースト　卵　砂糖　マーガリン　乳等を主原料とする食品　パン酵母　ファットスプレッド　食塩　加工澱粉　乳化剤　V.C.　香料　増粘多糖類　保存料（ソルビン酸）　pH調整剤（原材料の一部に大豆を含む）
	野菜スープ	豚肉　卵　玉ねぎ　人参　青ネギ　白菜　コンソメ
	ミニゼリー	異性化液糖　濃縮アップル果汁　濃縮果汁（アップル・グレープ・ピーチ・オレンジ・パイナップル）　砂糖　食塩／ゲル化剤（増粘多糖類）　酸味料　香料　甘味料（ソルビトール）、着色料（紅花黄・クチナシ・アカキャベツ）、（一部にりんご・もも・オレンジを含む）
	牛乳	
9月30日 （金曜日） 448 Kcal	ミートソーススパゲッティー	スパゲッティー　豚ひき肉　人参　玉ねぎ　水　ケチャップ　とんかつソース　オリーブ油　油
	キャンディーチーズ	ナチュラルチーズ　乳化剤
	牛乳	

※魚料理は骨なしのものを使用しておりますが、骨が入っている場合もございますので、気を付けてお召し上がりください。
仕入れの都合によりメニュー・原材料（ｱﾚﾙｹﾞﾝ含む）に変更が生じる場合があります。予めご了承くださいませ。

株式会社　富喜屋