

9 月分 献立表

豊田市こども発達センター

豊田市福祉事業団

日 曜	献立名	主として血・肉となるもの	主として体の調子を整えるもの	主として働く力となるもの	全カロリー	蛋白質
1 火	アルファ化米・ふりかけ(おかか)・ミートボールの照り煮・付合せ(ブロッコリー)・薩摩汁・飲む野菜と果実(ピーチ味)・牛乳	ミートボール・鶏もも肉(皮なし)・牛乳	ブロッコリー・にんじん・大根・ごぼう・ねぎ・しょうが・飲む野菜と果実(ピーチ味)	アルファ化米・砂糖・片栗粉・さつま芋	753	25.6
2 水	ご飯・肉豆腐・キャベツのおかか和え・味噌汁(玉葱 貝割大根)・ココアマフィン・牛乳	豚もも肉・豆腐・ハム・牛乳	白ねぎ・生しいたけ・えのき茸・キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・貝割大根	ごはん・油・砂糖・ホットケーキミックス	720	32.9
3 木	ご飯・さわらの西京焼き・付合せ(法蓮草のごま和え)・切干大根の煮付け・すまし汁(冬瓜 エキミツハ)・白玉きなこ・牛乳	鰯西京味噌漬け・さつま揚げ・きな粉・牛乳	ほうれん草・切干大根・にんじん・グリーンピース・とうがら・えのき茸・みつば	ごはん・すりごま(白)・砂糖・三温糖・白玉団子	666	33.4
4 金	ご飯・スパニッシュオムレツ・アスパラのツナマヨサラダ・コンソメスープ(モヤシ・人参)・オレンジ(1/4個)・牛乳	卵・ウインナー・シーチキン・牛乳	トマト・ピーマン・玉ねぎ・アスパラガス・ホールコーン・もやし・にんじん・オレンジ	ごはん・じゃが芋・油・バター・マヨネーズ	702	26.8
7 月	チキンカレーライス・グリーンサラダ インゲン・野菜ジュースゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・サイコロチース・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・いんげん・きゅうり・寒天・野菜ジュース	じゃが芋・油・ごはん・砂糖	728	25.4
8 火	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(キャベツ)・千草和え・味噌汁(玉葱 ワカメ)・プレーン蒸しパン・牛乳	豚もも肉・油揚げ・牛乳	しょうが・キャベツ・ほうれん草・にんじん・玉ねぎ・わかめ	ごはん・油・砂糖・片栗粉・三温糖・ホットケーキミックス	677	35.2
9 水	ご飯・南蛮漬け・ナスと南瓜の煮物・かき玉汁(オクラ)・黒胡麻の牛乳寒天・牛乳	さけ・卵・牛乳	ピーマン・にんじん・玉ねぎ・なす・南瓜・オクラ・寒天	ごはん・片栗粉・油・砂糖・三温糖	717	31.1
10 木	ご飯・蒸し鶏中華風・付合せ(アスパラトマト)・ハムとキャベツの中華サラダ・中華スープ(玉葱 ニラ 椎茸)・バナナ・牛乳	鶏もも肉・ハム・錦糸卵・牛乳	ねぎ・アスパラガス・トマト・キャベツ・貝割大根・玉ねぎ・にら・生しいたけ・バナナ	ごはん・胡麻ドレッシング・砂糖・ごま油	712	29.2
11 金	くるりパン・魚のトマトソースグラタン・和風春雨サラダ・コンソメスープ(ほうれん草 エノキ)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	メルルーサ・ベーコン・かに風味かまぼこ・ヨーグルト・牛乳	エリンギ・玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・にんじん・ほうれん草・えのき茸・りんご缶	くるりパン・バター・小麦粉・パン粉・春雨・砂糖・油	666	33.7
12 土	ご飯・ハンバーグ・付合せ(粉ふき芋)・ブロッコリーのサラダ・コンソメスープ(大根 ワカメ)・バナナコッタ(寒天)・牛乳	牛ひき肉・豚ひき肉・卵・牛乳	玉ねぎ・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・いんげん・大根・わかめ・寒天・みかん缶	ごはん・パン粉・じゃが芋・砂糖・油	782	27.9
14 月	ご飯・鶏肉の竜田揚げ・付合せ(小松菜 もやし)・マカロニサラダ・すまし汁(はんぺん ミツハ)・洋なしゼリー・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・白はんぺん・牛乳	しょうが・小松菜・もやし・キャベツ・にんじん・きゅうり・みつば・洋なし缶・寒天	ごはん・片栗粉・油・マカロニ・マヨネーズ・砂糖	799	30.5
15 火	ご飯・魚のゴマ照り焼き・付合せ(インゲン)塩・冬瓜の薄く煮・味噌汁(キャベツ 玉葱 ネギ)・パン・牛乳	さわら・鶏ひき肉・牛乳	いんげん・とうがら・干し椎茸・にんじん・グリーンピース・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・パン	ごはん・砂糖・白炒りごま・油・三温糖・片栗粉	669	34.8
16 水	ご飯・豚肉のBBQソース・付合せ(人参)・ミモザサラダ・コンソメスープ(白菜 椎茸)・さつま芋蒸しパン・牛乳	豚もも肉・卵・牛乳	しょうが・りんご缶詰・にんじん・きゅうり・ブロッコリー・トマト・白菜・生しいたけ	ごはん・砂糖・片栗粉・ホットケーキミックス・さつまいも	692	33.0
17 木	ご飯・えびと高野豆腐のうま煮・大根サラダ・味噌汁(じゃがいも ワカメ 葱)・ピーチソースゼリー・牛乳	むきえび・高野豆腐・鶏もも肉・ちくわ・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・にんじん・大根・ホールコーン・ねぎ・わかめ・もも缶・寒天	ごはん・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖	699	32.4
18 金	ころうどん・南瓜挽肉フライ・付合せ(ブロッコリー)・牛乳寒天・牛乳	油揚げ・シーチキン・牛乳	オクラ・わかめ・ブロッコリー・寒天	うどん・三温糖・南瓜挽肉フライ・油・マヨネーズ・砂糖・ストロベリーソース	701	24.0
23 水	ご飯・鶏肉と野菜の味噌炒め・胡瓜とチーズのおろし和え・すまし汁(玉麩 ネギ)・キャラメルマドレーヌ・牛乳	鶏もも肉・サイコロチース・牛乳・卵	しょうが・ピーマン・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・大根・きゅうり・みかん缶	ごはん・砂糖・かき油・油・玉麩・キャラメルシロップ・ホットケーキミックス・バター	708	27.5
24 木	食パン・ジャム(いちご)・ハッシュドポーク・じゃこサラダ・コンソメスープ(モヤシ インゲン)・角切りリンゴゼリー・牛乳	豚もも肉・しらす干し・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しめじ・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・もやし・いんげん	食パン・いちごジャム・バター・砂糖・ごま油	747	31.9
25 金	ご飯・魚の塩焼き・付合せ(オクラ)・薩摩芋と切り昆布煮物・味噌汁(キャベツ コンジツ ネギ)・ミルクゼリー(寒天)・牛乳	塩さば・牛乳	オクラ・糸切り昆布・キャベツ・にんじん・ねぎ・寒天	ごはん・さつま芋・油・砂糖	741	34.5
28 月	ご飯・魚のレモン風味・付合せ(アスパラ)・ジャーマンポテト・コンソメスープ(ほうれん草 コーン)・バナナ蒸しパン・牛乳	さけ・ベーコン・パルマンチース・牛乳	アスパラガス・にんじん・玉ねぎ・ほうれん草・ホールコーン・バナナ	ごはん・片栗粉・砂糖・じゃが芋・油・ホットケーキミックス	683	34.3
29 火	ご飯・麻婆春雨・カニカマとキャベツの中華サラダ・中華スープ(豆腐 ワカメ)・梨(1/4個)・牛乳	豚ひき肉・かに風味かまぼこ・豆腐・牛乳	干しいたけ・白ねぎ・もやし・チンゲン菜・しょうが・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・わかめ	ごはん・春雨・油・砂糖・ごま油・片栗粉	678	25.6
30 水	ご飯・鰯のみぞれあんかけ(トマト)・長芋のツナマヨネーズ・味噌汁(なめこネギ)・パンゼリー(寒天)・牛乳	さわら・シーチキン・牛乳	しょうが・大根・トマト・いんげん・玉ねぎ・なめこ・ねぎ・パン缶・寒天	ごはん・片栗粉・油・砂糖・ながいも・マヨネーズ	705	29.0

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。

* 季節の献立

29日 梨

* 9月1日は防災の日です。備蓄食品を提供します。

* お知らせ

12日(土) 家族参観日(たんぼぼ、なのはな、ちようちよ・とんぼ)

14日(月) ひまわり登園日

