

9月献立表

神戸華僑幼稚園

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
豚肉の甘辛焼き スパゲティーソテー 小松菜のおひたし がんと煮 こんにやく煮 じゃが芋煮 白桃 ご飯	鶏肉のカレー風味焼き コーンバター ブロッコリー煮 きのこトマトのスパゲティー レンコン煮 みかん ご飯	麻婆豆腐 焼きそば 赤ウインナー スナッPEndウ 甘辛こんにやく パイン ご飯	チキンカツデミソースかけ ジャーマンポテト 大根煮 オクラ煮 さつま芋煮 オレンジ ご飯	白身魚の竜田揚げ キャベツのゆかり和え ほうれん草ナムル つくね 南瓜煮 ブロッコリー煮 マカロニきなこ ご飯
熱量 380 Kcal 蛋白 12.3 g 脂質 6.7 g 塩分 0.5 g	熱量 307 Kcal 蛋白 10.3 g 脂質 5.0 g 塩分 0.8 g	熱量 367 Kcal 蛋白 9.2 g 脂質 5.8 g 塩分 1.1 g	熱量 404 Kcal 蛋白 10.2 g 脂質 8.6 g 塩分 1.4 g	熱量 392 Kcal 蛋白 11.6 g 脂質 9.9 g 塩分 1.2 g
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
鶏肉の竜田揚げ マカロニケチャップ レンコン金平 粉ふき芋 オクラ煮 人参煮 オレンジ ご飯	かに玉 春巻き ピーマン炒め ピーマンの味噌炒め 海鮮えび団子 スナッPEndウ りんご ご飯	鶏肉の黒胡麻天ぷら キャベツソテー オーロラサラダ 人参煮 ほうれん草玉子焼き オクラ煮 黄桃 ご飯	カルボナーラ 玉葱とピーマンのソテー メンチボール たこさんウインナー 南瓜煮 麩ラスク ご飯	豚肉のバーベキュー炒め 野菜炒め 切干大根煮 竹輪の磯部揚げ 粉ふき芋 白桃 ご飯
熱量 372 Kcal 蛋白 11.1 g 脂質 6.5 g 塩分 1.1 g	熱量 372 Kcal 蛋白 7.9 g 脂質 8.4 g 塩分 2.1 g	熱量 508 Kcal 蛋白 13.0 g 脂質 20.4 g 塩分 1.0 g	熱量 377 Kcal 蛋白 9.0 g 脂質 7.7 g 塩分 1.3 g	熱量 414 Kcal 蛋白 11.2 g 脂質 9.0 g 塩分 1.4 g
17日(月)	18日(火)	19日(水) 食育の日	20日(木) お誕生会	21日(金)
<div style="text-align: center;"> <h2>敬老の日</h2>  </div>	鶏肉のトマト煮 オクラのおかか和え さつま芋煮 人参煮 揚げレンコン オレンジ ご飯	オムそば 照焼き肉団子 たこさんウインナー ブロッコリー煮 星ポテト こんにやく煮 大学りんご ご飯	<div style="text-align: center;"> <h3>～ママ料理～</h3> <ul style="list-style-type: none"> ☆ぶっかけそうめん ☆からあげ ☆果物  <p>お箸、スプーン、フォークを持たせてください。</p> </div>	サバの照焼き キャベツのゆかり和え じゃが芋のケチャップ煮 レンコン煮 ホタテ風味フライ 花こんにやく パイン ご飯
	熱量 364 Kcal 蛋白 11.1 g 脂質 6.9 g 塩分 0.6 g	熱量 380 Kcal 蛋白 12.0 g 脂質 10.3 g 塩分 1.5 g	熱量 355 Kcal 蛋白 10.3 g 脂質 4.5 g 塩分 0.8 g	熱量 404 Kcal 蛋白 13.3 g 脂質 10.4 g 塩分 0.6 g
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
<div style="text-align: center;"> <h2>振替休日</h2>  </div>	豚肉の生姜焼き スパゲティーソテー 揚げ大豆 出し巻玉子 スナッPEndウ なす煮 白桃 ご飯	鶏肉の竜田揚げ もやし炒め ほうれん草の煮びたし レンコン煮 花こんにやく 人参煮 みかん ご飯	照焼きハンバーグ マカロニソテー ポテトサラダ オムレツ ブロッコリー煮 大根煮 パイン ご飯	八宝菜 ピーマン炒め 揚げシューマイ 揚げギョウザ スナッPEndウ りんご ご飯
	熱量 435 Kcal 蛋白 13.5 g 脂質 9.7 g 塩分 1.2 g	熱量 392 Kcal 蛋白 10.9 g 脂質 12.4 g 塩分 0.7 g	熱量 469 Kcal 蛋白 11.0 g 脂質 15.3 g 塩分 1.5 g	熱量 388 Kcal 蛋白 9.9 g 脂質 10.2 g 塩分 0.7 g

★仕入れの都合によりメニューを変更する事がございますが、ご了承下さい。★あたたかいご飯とふりかけは、おかわり自由です。