

# [ 9 月 献立表 ]

2023年 9月 0:通常献立

川村学園 幼稚園

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質
1 金	スパゲティ・ミートソース	キャベツと枝豆のサラダ (香味塩ドレ) 果物 (巨峰)	豚肉、チーズ、 乳酸菌飲料 (マスカット味)	スパゲッティ、油、オリーブ油、 砂糖、薄力粉、香味塩ドレッシング	にんじん、玉葱、しょうが、にんにく、 セロリ、マッシュルーム、トマト、 キャベツ、えだまめ、とうもろこし、 巨峰	438 kcal 18.0 g 13.2 g	
4 月	ごはん	○ 豚肉のマリネステーキ 大根サラダ (青じそドレ) 厚揚げとわかめの味噌汁	牛乳、豚肉、厚揚げ、わかめ、味噌	精白米、オリーブ油、片栗粉、 青じそドレッシング	だいこん、きゅうり、キャベツ、 にんじん	422 kcal 20.0 g 15.0 g	
5 火	パンズパン	○ フライドチキン ポイルキャベツ (サウザンドレ) ミネストローネ はちみつレモンゼリー	牛乳、鶏肉、ベーコン	パンズパン、片栗粉、薄力粉、油、 サウザンアイランドドレッシング、 オリーブ油、じゃがいも、マカロニ	しょうが、にんにく、玉葱、キャベツ、 にんじん、セロリ、トマト、 はちみつレモンゼリー	475 kcal 18.0 g 20.0 g	
6 水	<b>お弁当</b>						
7 木	五目あんかけ焼きそば	○ 切干大根のナムル (ナムルドレ) タニタの杏仁豆腐	豚肉、牛乳、杏仁豆腐	中華麺、油、砂糖、片栗粉、 ごま油、ナムルドレッシング	しょうが、玉葱、にんじん、たけのこ、 はくさい、キャベツ、もやし、 ほうれんそう、切干したいこん、 きゅうり	461 kcal 15.0 g 20.0 g	
8 金	パンブキンロール	○ 鶏肉の香草焼き ポテトサラダ (ノンエッグマヨネーズ) ミートボールスープ	牛乳、鶏肉、ロースハム、チキンボール	パンブキンロール、オリーブ油、 片栗粉、じゃがいも、 ノンエッグマヨネーズ、油	にんじん、どうもろこし、えだまめ、 玉葱、ほうれんそう	427 kcal 20.0 g 22.0 g	
11 月	ハヤシライス	○ チーズ入りサラダ (胡麻ドレ) 果物 (りんご)	豚肉、生クリーム、牛乳、チーズ	精白米、油、じゃがいも、薄力粉、 バター、水あめ、砂糖、 胡麻クリーミードレッシング	玉葱、にんじん、トマト、 マッシュルーム、キャベツ、 きゅうり、りんご	472 kcal 16.0 g 14.0 g	
12 火	サンマー麺	○ 揚げぎょうざ 華風きゅうり 果物 (オレンジ)	豚肉、牛乳、餃子フライ	中華めん、油、片栗粉、ごま油、砂糖	にんにく、しょうが、にんじん、 玉葱、もやし、きぬさや、きゅうり、 オレンジ	485 kcal 18.0 g 18.0 g	
13 水	<b>お弁当</b>						
14 木	ミルクロール	○ 鶏肉のバーベキューソース シーザーサラダ (サウザンドレ) クリームスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン、豆乳	ミルクロール、砂糖、油、ケルトン、 サウザンアイランドドレッシング、 じゃがいも、バター	にんにく、トマト、キャベツ、 にんじん、きゅうり、玉葱、 とうもろこし	446 kcal 19.0 g 22.0 g	
15 金	秋ごはん	○ 豚肉のねぎ塩焼き 海藻入りサラダ (青じそドレ) 五目味噌汁	鶏肉、牛乳、豚肉、わかめ、 海藻ミックス、油揚げ、味噌	精白米、油、砂糖、 青じそドレッシング、 じゃがいも	ごぼう、しめじ、えのきたけ、 にんじん、さやいんげん、ねぎ、 もやし、きゅうり、玉葱	440 kcal 21.0 g 14.0 g	
19 火	米粉入りパン	○ 鶏肉のソテーブロヴァンス風ソース コーンサラダ (香味塩ドレ) ABCスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン	米粉入りパン、オリーブ油、 香味塩ドレッシング、油、 アルファベットマカロニ、じゃがいも	にんにく、トマト、キャベツ、 きゅうり、とうもろこし、玉葱、 こまつな	421 kcal 17.0 g 19.0 g	
20 水	<b>お弁当</b>						
21 木	カレーライス	○ ビーンズサラダ (香味玉葱ドレ) 果物 (梨)	豚肉、のむヨーグルト、 ミックスピーナッツ、ロースハム	精白米、油、じゃがいも、 香味玉ねぎドレッシング	にんにく、しょうが、玉葱、にんじん、 トマト、えだまめ、キャベツ、梨	471 kcal 12.0 g 12.0 g	
22 金	みそ風味うどん	○ フライドポテト キャベツとえのきのごま和え マスカットゼリー	鶏肉、油揚げ、味噌、甜麺醬、牛乳	うどん、油、砂糖、フライドポテト、 ごま	玉葱、にんじん、ねぎ、ほうれんそう、 キャベツ、えのきたけ、 マスカットゼリー	468 kcal 16.0 g 18.0 g	
25 月	ピタパン	○ チリコンカン イタリアンサラダ (イタリアンドレ) グレープフルーツ	牛乳、豚肉、ベーコン、ひよこまめ、 大豆	ピタパン、油、薄力粉、 イタリアンドレッシング	にんにく、セロリ、玉葱、にんじん、 トマト、キャベツ、赤パプリカ、 きゅうり、グレープフルーツ	447 kcal 22.0 g 17.0 g	
26 火	☆十五夜献立☆ さつまいもごはん	○ 鶏の照り焼き 和風サラダ (胡麻ドレ) 紅葉麩のすまし汁 月見大福	牛乳、鶏肉、豆腐、わかめ	精白米、さつまいも、砂糖、油、片栗粉、 胡麻クリーミードレッシング、 紅葉麩、月見大福	しょうが、キャベツ、にんじん、 きゅうり、だいこん	487 kcal 18.0 g 15.0 g	
27 水	<b>お弁当</b>						
28 木	食パン	○ いちごジャム クリームシチュー ツナとコーンのサラダ (フレンチドレ)	牛乳、鶏肉、豆乳、ツナ、脱脂粉乳	食パン、油、じゃがいも、マカロニ、 薄力粉、バター、 フレンチドレッシング	いちごジャム、玉葱、にんじん、 とうもろこし、さやいんげん、 キャベツ、きゅうり	466 kcal 15.0 g 18.0 g	
29 金	スパゲティ和風きのこソース	○ 寒天入りサラダ (和風ドレ) 果物 (パイナップル)	ベーコン、きざみのり、牛乳、 わかめ、寒天	スパゲッティ、オリーブ油、油、 片栗粉、和風ドレッシング	にんにく、玉葱、マッシュルーム、 しめじ、えのきたけ、キャベツ、 きゅうり、とうもろこし、 パイナップル	455 kcal 15.0 g 17.0 g	



9月29日は十五夜です



十五夜とは、農作物の豊作の祈願と、収穫の感謝をする行事です。

スキを飾り、月見団子やお酒をお供えし、一年で最も美しいとされる  
「中秋の名月」を鑑賞する風習があります。



会食では26日に、さつまいもご飯と月見大福の「十五夜献立」を提供します。

