

2022年度 9月 乳幼児食予定献立表

社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園

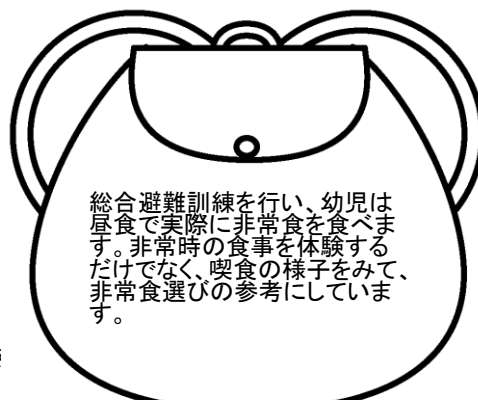
日	曜日	献立		材料			栄養価	
		昼食	おやつ	力・熱になるもの	血・肉になるもの	身体の調子を整えるもの	1人前 (kcal)	1人前 (g)
							たんぱく質 (g)	脂質 (g)
							食塩相当量 (g)	
1 ・ 22	木	ごはん かぼちゃのそぼろ煮 切干大根の梅サラダ だぶ汁(佐賀県)	牛乳 トマトの冷製パスタ 梨	胚芽米 きび糖 こんにゃく なたね油 オリーブオイル 片栗粉 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ	牛乳 油揚げ 生揚げ 鶏肉 豚肉 煮干し(出汁用)	ツナ缶 かぼちゃ 玉葱 しそ葉 切干大根 人参 きゅうり 梅 れんこん 生姜 トマト ズッキーニ しめじ にんにく	541	21.1
2	金	丸パン(幼) ロールパン(乳) 牛肉コロッケ 冬瓜の和風サラダ スープ	牛乳 ねぎ塩おにぎり	丸パン(幼) なたね油 ロールパン(乳) パン粉 きび糖 じゃがいも ごま油 オリーブオイル 胚芽米	牛乳 牛肉 木綿豆腐 鶏ガラ缶 鶏肉 かつお節(出汁用)	生わかめ 玉葱 キャベツ 冬瓜 きゅうり えのき チンゲン菜 ねぎ	580	21.9
3 ・ 17	土	三色そぼろ丼 煮豆 スープ	牛乳 キャロットロール	胚芽米 なたね油 きび糖 キャロットロール	牛乳 鶏肉 金時豆 かつお節(出汁用)	コーン缶 玉葱 生姜 人参 小松菜 ねぎ かぼちゃ	556	22.1
5	月	汁なし担々麺(広島県) 小松菜とえのきの磯部和え スープ	牛乳 クッキー バナナ	干しうどん ごま油 きび糖 バター 小麦粉 なたね油 上白糖	牛乳 味噌 牛肉 豚肉 かつお節(出汁用)	きざみりね ねぎ もやし チンゲン菜 にんにく 生姜 小松菜 人参 えのきたけ ブロッコリー キャベツ バナナ	561	20
6 ・ 20	火	牛肉いりしょうが飯 いわしのカレー立田焼き きりざい(新潟県) 味噌汁	牛乳 いちごチーズベーク 味噌汁	胚芽米 米粉 なたね油 きび糖 はちみつ いちごジャム ベーク カレー粉	牛乳 牛肉 いわし 味噌 油揚げ クリームチーズ 糸引納豆 絹豆腐 煮干し(出汁用)	生姜 えのきたけ しめじ 大根 人参 きゅうり おくら ほうれん草	596	27.4
7 ・ 21	水	ごはん チンジャオロース もやしのナムル 中華コーンスープ	豆乳 皿うどん(長崎県) 梨	胚芽米 なたね油 きび糖 片栗粉 塩麴 蒸し中華麺 ごま油 春雨	豆乳 豚肉 ちくわ 鶏ガラ缶 ベーコン	コーンクリーム缶 たけのこ 人参 ピーマン もやし きゅうり にんにく 小松菜 玉葱 チンゲン菜 きくらげ 梨	553	23.8
8	木	エスカロップ(北海道) コールスローサラダ すまし汁	牛乳 レアチーズパフェ (非常食 幼)	胚芽米 なたね油 バター 小麦粉 コーンフレーク きび糖 クラッカー 上白糖 練りようかん(非常食)	牛乳 鶏肉 クリームチーズ プレーンヨーグルト 粉寒天 ゼラチン 煮干し(出汁用)	にんにく しめじ 玉葱 キャベツ きゅうり 人参 干しぶどう おくら もやし 柿	599	23
9 ・ 30	金	ごはん さんまのしそおろし焼き わかめとトマトのりんご酢和え 鶏肉ぼたん鍋(兵庫県)	牛乳 栗入り抹茶どら焼き 柿	胚芽米 きび糖 米粉 抹茶 小麦粉 上白糖 なたね油 バター はちみつ 栗の甘露煮 りんご酢 ベーキングパウダー	牛乳 さんま 生わかめ 鶏肉 小豆 味噌 煮干し(出汁用)	大根 しそ葉 きゅうり トマト 玉葱 なめこ 白菜 柿	592	21.7
10 ・ 24	土	ごはん ドライカレー さつまいものレーズン煮 スープ	牛乳 キャロットロール	胚芽米 なたね油 米粉 はちみつ さつまいも きび糖 キャロットロール カレー粉	牛乳 鶏肉 かつお節(出汁用)	玉葱 セロリー 人参 干しぶどう ねぎ チンゲン菜	533	17.6
12 ・ 26	月	丸パン(幼) ロールパン(乳) チキン南蛮(宮崎県) さつまいもとりんごのサラダ ミネストローネ	牛乳 悪魔のおにぎり	丸パン(幼) なたね油 きび糖 ロールパン(乳) オリーブオイル 片栗粉 さつまいも 胚芽米 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ	牛乳 鶏肉 ベーコン 青のり ちりめんじゃこ	玉葱 きゅうり 人参 りんご にんにく なす ズッキーニ トマト缶	622	22.7
13 ・ 27	火	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草のおひたし(島根県) 豚汁	牛乳 お好み焼き(大阪府) 梨	胚芽米 きび糖 バター 糸こんにゃく じゃがいも 小麦粉 米粉 なたね油 ベーキングパウダー	牛乳 鮭 油揚げ 豚肉 青のり 味噌 かつお節	キャベツ ねぎ もやし ほうれん草 人参 大根 玉葱 梨	555	27.3
14 ・ 28	水	チキンカレーライス 梨入りサラダ	豆乳 きなこプリン	胚芽米 押麦 なたね油 じゃがいも さつまいも 上白糖 はちみつ バター 小麦粉 きび糖 りんご酢 カレー粉	豆乳 鶏ガラ缶 鶏肉 粉寒天 ゼラチン 生クリーム きなこ	にんにく 生姜 玉葱 セロリー 人参 りんご キャベツ きゅうり 梨 みかん缶	585	16.7
15 ・ 29	木	なすときのこのスパゲティ プロとじゃがのサラダ すまし汁	牛乳 柿 15: カレードリア (非常食) 29: 里芋グラタン	スパゲティ オリーブオイル 玄米 じゃがいも なたね油 きび糖 胚芽米 バター 小麦粉 15: カレー粉 29: 里芋	牛乳 ベーコン 大豆ミート 鶏肉 ピザ用チーズ 29: 味噌 煮干し(出汁用)	コーン缶 にんにく 玉葱 しめじ なす ブロッコリー またけ 小松菜 人参 柿 29: ほうれん草	575	31.2
16	金	白飯(非常食:幼) ごはん(乳) かじきのから揚げ 黒酢の春雨サラダ いとこ汁(石川県)	野菜ジュース (非常食 幼) 牛乳(乳) クロックムッシュ バナナ	胚芽米(乳) 白飯(幼) なたね油 春雨 きび糖 食パン 上白糖 片栗粉 バター りんご酢 黒酢	牛乳 プロセスチーズ ハム 野菜ジュース(非常食) かじき 木綿豆腐 小豆 煮干し(出汁用) 味噌	生姜 にんにく キャベツ 人参 きゅうり ねぎ バナナ コーン缶	559	22.4

★9/8(木)のパフェの飾りに、非常食の羊羹をプラスしたものを使用します。(幼児のみ)
 ★9/15(木)カレードリアは非常食のドライカレーをプラスしたものを使用します。
 ★9/16(金)白飯、野菜ジュースは非常食を提供します。(幼児のみ)
 ※献立内容をよくご確認の上、はじめての食材は使用予定日より前に必ずご家庭でお試し下さい。何かありましたら、ご相談下さい。
 ※当日、献立内容が変更となる場合もありますがご了承ください。

【食物アレルギー特定原材料28品目】

えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生
 あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、
 ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、
 りんご、ゼラチン、アーモンド

※食物アレルギー特定原材料28品目とは:
 食品衛生法により加工食品のアレルギー表示として定められているものです。
 1段目の7品目は患者数の多さや症状の重さから表示が義務づけられています
 2段目以降の20品目は7品目と同様に表示をするように勧められているもので、
 以上のことも参考に食材の確認をお願いします。



★緑色で記載しているのは、全国の郷土料理を取り入れたメニューになっています。お楽しみに!!

