



# 9月 幼児食献立表



令和6年9月  
幼保連携型認定こども園  
神戸女子大学附属高倉台幼稚園

日付	献立名	“血・肉・骨” を作る食品 <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類</small>	“熱・力” の元になる食品 <small>穀類・油脂類・砂糖類・芋類</small>	“体調” を整える食品 <small>野菜類・海藻類・くだもの類</small>	調味料	エネルギー
2 (月)	ごはん		米			460 kcal
	鮭のレモンソースムニエル	鮭	バター・オリーブ油・小麦粉・酒	レモン汁	塩 淡口醤油	
	高野豆腐のマヨ絡め	高野豆腐	じゃがいも・片栗粉・油・砂糖・みりん・酒・マヨドレ	人参・枝豆・生姜	濃口醤油	
	りんご			りんご	塩	
3 (火)	ごはん		米			380 kcal
	豚じゃが	豚もも肉	じゃがいも・砂糖・みりん	人参・玉葱・青葱	鹽・昆布だし 淡口醤油	
	小松菜のサラダ オレンジ	かじ風味かまぼこ	胡麻ドレッシング	小松菜・えのき オレンジ		
4 (水)	ごはん		米			420 kcal
	あんかけ卵焼き	卵・鶏ひき肉	油・砂糖・片栗粉	玉葱・ひじき・人参・ほうれん草	塩 淡口醤油 中華あじ	
	ブロッコリーの中華和え バナナ キャンディチーズ	ちくわ チーズ	砂糖	ブロッコリー・人参 バナナ	中華あじ 淡口醤油・酢	
5 (木)	ごはん		米			400 kcal
	鯖の味噌煮	鯖・味噌		生姜・白葱	鹽・昆布だし 淡口醤油	
	いんげんの胡麻和え りんご		胡麻・練り胡麻・砂糖	いんげん・もやし・人参 りんご		
6 (金) 始業式	ツナのとマトソースパスタ	ツナ	スバゲティ・オリーブオイル・砂糖	玉葱・ピーマン・しめじ・ホールトマト・ケチャップ	コンソメ	480 kcal
	お野菜のカレーマヨサラダ		じゃがいも・マヨドレ・カレー粉	キャベツ・人参・きゅうり		
	梨 牛乳	牛乳		梨		
7 (土)	三色丼	鶏ひき肉・卵	米・砂糖	いんげん	淡口醤油	430 kcal
	もやしの和え物		白ごま・砂糖	もやし・きゅうり・人参	淡口醤油	
	りんご ヨーグルト	ヨーグルト		りんご	塩	
9 (月) 弁当箱	おにぎり		米(鮭・ごま塩)			450 kcal
	ヤンニョムチキン	鶏もも肉	砂糖・みりん・白ごま・米粉・ごま油	にんにく・トマトケチャップ	淡口醤油	
	お豆腐サラダ オレンジ	豆腐	砂糖	キャベツ・ほうれん草・人参・コーン オレンジ	淡口醤油	
10 (火)	タコライス	合いびき肉・高野豆腐	米・カレー粉・砂糖・油	玉葱・レタス・ホールトマト 缶・トマトケチャップ・ソース	塩	560 kcal
	きゅうりのさっぱりサラダ		青じそドレッシング	きゅうり・キャベツ・人参・コーン		
	りんご 牛乳			りんご		
11 (水) 弁当箱	おにぎり		米(わかめ・ゆかり)			530 kcal
	にら入り卵焼き	卵・豚ひき肉・高野豆腐		玉葱・人参・にら	中華あじ 濃口醤油	
	小松菜の海苔和え じゃがいもの甘辛揚げ キャンディチーズ	チーズ	砂糖 じゃがいも・油・砂糖	小松菜・人参・もやし・海苔	濃口醤油	
12 (木) 年長 給食参観	ごはん		米			470 kcal
	鮭のちゃんちゃん焼き	鮭・味噌	砂糖	キャベツ・ピーマン・人参・玉葱・しめじ・コーン		
	セロリのきんぴら きな粉かぼちゃ	豚もも肉 きな粉	砂糖・みりん・油 砂糖	セロリ・れんこん・人参 かぼちゃ	淡口醤油	
13 (金)	ごはん		米			550 kcal
	厚揚げの塩麻婆	厚揚げ・高野豆腐・鶏ひき肉	ごま油・片栗粉	白葱・人参・にんにく・生姜	中華あじ 淡口醤油	
	もやしのナムル オレンジ ヨーグルト	ハム ヨーグルト	ごま油	もやし・きゅうり・人参 オレンジ	中華あじ 淡口醤油	
14 (土)	なすのトマトスバゲティ	鶏もも肉	スバゲティ・オリーブオイル	なす・玉葱・ホールトマト	コンソメ	510 kcal
	ほうれん草のソテー	卵		ほうれん草・人参・玉葱	コンソメ	
	オレンジ 牛乳	牛乳		オレンジ		
16 (月)	敬老の日					

17 (火) 年中 園外保育	ごはん 牛肉の炒め物 小松菜とツナのサラダ バナナ	牛もも肉 ツナ・鰹節	米 砂糖・酒・みりん 白ごま・砂糖・マヨドレ	切り干し大根・にら・たまねぎ 小松菜・人参・コーン バナナ	濃口醤油 淡口醤油 酢	500 kcal
18 (水)	誕生会 おにぎり・フォーク持参 バナナカップケーキ(ホットケーキミックス・バナナ・バター・卵・牛乳・砂糖)					
19 (木) りす 園外保育 年長 パン教室	カレーライス レタスのサラダ オレンジ 牛乳	豚もも肉  牛乳	じゃがいも・カレールウ フレンチドレッシング	玉葱・人参 レタス・人参・ブロッコリー オレンジ	コンソメ 淡口醤油	480 kcal
20 (金)	【おつきみ献立】 きのこの混ぜご飯 お月見団子風ミートボール ほうれん草のおかか和え 秋野菜けんちん汁 まんまるスイートポテト	鶏もも肉 ミートボール 鰹節・ちくわ 木綿豆腐・油揚げ 豆乳・卵	米 砂糖 さつまいも・砂糖・黒ごま	しいたけ・しめじ・人参 人参 ほうれん草・もやし 青葱・大根・人参・ごぼう・れん こん・かぼちゃ	鰹・昆布だし 淡口醤油 淡口醤油 鰹・昆布だし 淡口醤油 塩	470 kcal
21 (土)	中華丼 きゅうりの中華和え りんご ヨーグルト	豚もも肉  ヨーグルト	米 白ごま・砂糖	白菜・人参 きゅうり・人参 りんご	中華あじ 淡口醤油 淡口醤油	400 kcal
23 (月)	振替休日					
24 (火)	かみかみスナゲティ コールスローサラダ バナナ 牛乳	ちりめんじゃこ ハム 牛乳	スナゲティ・砂糖・オリーブオイル フレンチドレッシング	えのき・小松菜・ごぼう・にんにく キャベツ・人参・コーン バナナ	淡口醤油 コンソメ	490 kcal
25 (水) 弁当箱	おにぎり 太刀魚のレモンバジル焼き チキンサラダ りんご キャンディーチーズ	太刀魚 鶏ささみ肉 チーズ	米(青菜・ゆかり) 酒・オリーブオイル レインボードレッシング	レモン汁・バジル レタス・ミニトマト・ひじき りんご	塩 淡口醤油	440 kcal
26 (木)	ごはん 中華風ローストチキン 切り干し大根のナムル トックスープ	鶏もも肉  鶏もも肉	みりん・ごま油・白ごま 砂糖・ごま油 トック	玉葱・にんにく・しょうが きゅうり・切り干し大根・人参・ コーン しめじ・青梗菜	淡口醤油 淡口醤油 酢	440 kcal
27 (金)	ごはん 他人丼 キャベツの和え物 バナナ ヨーグルト	豚もも肉・卵 高野豆腐 ヨーグルト	米 砂糖・みりん・油 砂糖	玉葱・人参・三つ葉 キャベツ・人参 バナナ	鰹・昆布だし 濃口醤油 淡口醤油	514 kcal
28 (土)	ぎつねうどん 白菜の胡麻和え りんご ヨーグルト	油揚げ・豚もも肉  ヨーグルト	ゆでうどん 白ごま・砂糖	かぼちゃ・青葱 白菜・人参 りんご	鰹・昆布だし 淡口醤油 塩 淡口醤油 塩	400 kcal
30 (月) 弁当箱	おにぎり 鮭のフライ ほうれん草のツナサラダ オレンジ	鮭・卵 ツナ	米(ゆかり・ごま塩) 油・パン粉・小麦粉・タルタルソ ース フレンチドレッシング	  ほうれん草・人参・もやし オレンジ	淡口醤油	460 kcal

### 〔給食室からのお知らせ〕

- ・6日(金)は、始業式のため午前保育です。1号認定児の給食開始は、9日(月)です。
- ・毎週月曜日と水曜日はおにぎり給食のため、空の弁当箱を持たせてください。
- ・18日(水)は誕生会です。昼食の**おにぎり**と**フォーク持参**をお願いします。
- ・園外保育に行く学年〈年中 17日(火)、りす 19日(木)〉は、**おにぎり持参日**となります。他の学年は、園で給食を食べます。
- ・まだまだ暑い日が続きます。戸外での活動も多くなりますので、水筒のお茶は毎日たっぷり持たせてください。