

2024年9月



幼児食だより



四條畷市役所こども政策課

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
2月	さけ炒飯 胡瓜と人参の和え物 コーンポタージュ	米、(冷凍)鮭フレーク、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、濃口醤油、食塩/きゅうり、にんじん、濃口醤油、砂糖/たまねぎ、コーン、コーンポタージュの素【乳成分あり】、牛乳、水/牛乳/果物/さつまいも、砂糖、豆乳 	牛乳 果物 ◎スイートポテト 
3火	ご飯 すき焼き風煮 小松菜と麩のみそ汁 	米/牛肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、豆腐、えのきたけ、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、煮干し、油、水/こまつな、麩、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、ホットケーキミックス(乳成分なし)、砂糖、バイン缶、油、水	牛乳 果物 ◎パインケーキ
4水	ご飯 ツナコロケ チンゲン菜の醤油和え もやしとベーコンのスープ	米/マッシュポテト、ツナフレーク油漬、たまねぎ、食塩、油、薄力粉、水、パン粉、油、ケチャップ、トンカツソース/チンゲン菜、にんじん、濃口醤油、砂糖/緑豆もやし、カットわかめ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/コアコアプラス(ヨーグルト)/果物/とうもろこし 	コアコアプラス 果物 ◎ゆでとうもろこし
5木	青菜のごはん 豚じゃが 大根のみそ汁 	米、菜めしの素/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、三度豆、油、砂糖、濃口醤油、本みりん、煮干し、水/だいこん、豆腐、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、いりごま、水、油	牛乳 果物 ◎開口笑(カイコウショウ)
6金	ご飯 焼き肉風 ほうれん草のすまし汁	米/豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、砂糖、本みりん、ごま油/ほうれん草、豆腐、しめじ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/ホットケーキミックス(乳成分なし)、ココア、砂糖、油、水、粉糖	牛乳 果物 ◎ココアカップケーキ
7土	わかめうどん 果物 	うどん、鶏もも肉、うすあげ、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/果物/牛乳/十勝バタースティック【既製品のパン】 	牛乳 十勝バタースティック
9月	ご飯 キーマカレー 大根サラダ	米/豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、生姜、にんにく、油、カレー粉、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、水、鶏がらスープ、ケチャップ、片栗粉/だいこん、きゅうり、にんじん、酢、薄口醤油、砂糖、ごま油/アシドミルクPLUS/りんごジュース、水、砂糖、粉末かんてん/おにぎりせんべい【卵】	アシドミルク ◎りんごゼリー おにぎりせんべい 
10火	ご飯 酢豚風 中華スープ 	米/豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、たけのこ、干しいたけ、パン缶、油、濃口醤油、砂糖、酢、ケチャップ、鶏がらスープ、片栗粉/春雨、カットわかめ、青ねぎ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、ごま油、水/牛乳/果物/ドッグパン【卵なし】、油、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 果物 ◎揚げパン
11水	ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物(三度豆) 豆腐とねぎのすまし汁	米/鶏もも肉、濃口醤油、本みりん、酒、生姜、濃口醤油、砂糖、本みりん、水、片栗粉、水/芽ひじき、にんじん、つきこんにゃく、三度豆、油、砂糖、濃口醤油、だし昆布、混合だし、だし汁/豆腐、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/梨/米粉のホットケーキミックス、豆乳、水、油、いちごジャム	牛乳 梨 ◎ワッフル(イチゴ) 
12木	ご飯 煮魚(さば) 白菜と人参のナムル あげと玉ねぎのみそ汁	米/さば、生姜、濃口醤油、砂糖、酒、水/はくさい、にんじん、濃口醤油、ごま油、鶏がらスープ/うすあげ、たまねぎ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/中華めん(やきそば用)、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、お好みソース(コープ)、ウスターソース、油、食塩	牛乳 果物 ◎やきそば 
13金	ご飯 野菜のみそだれかけ 小松菜のすまし汁 	米/厚揚げ、鶏もも肉、だいこん、じゃがいも、にんじん、板こんにゃく、濃口醤油、だし昆布、水、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、砂糖、本みりん、水、いりごま、油/こまつな、たまねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、マーガリン、にんじん、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎キャロットクッキー 
14土	カレーうどん 果物	うどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、うすあげ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、水、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、カレー粉、薄口醤油、食塩、油、片栗粉/果物/牛乳/アンパンマンミニスナック(野菜)【既製品のパン】	牛乳 アンパンマンミニスナック(野菜)
16月	  敬老の日  		





日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
17 火	鶏井 三度豆のごま和え 豆腐とワカメのみそ汁 	米、鶏肉、たまねぎ、にんじん、油、生姜、砂糖、本みりん、濃口醤油、片栗粉、だし昆布、混合だし、水、きざみのり/三度豆、にんじん、いりごま、濃口醤油、砂糖/豆腐、カットわかめ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、だし昆布、混合だし、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、水、サイコロチーズ	牛乳 果物 ◎チーズ蒸しパン 
お誕生日食			
18 水	ご飯 ミートローフ ブロッコリーとツナのサラダ キャベツとしめじのスープ	米/合ミンチ、豆乳、たまねぎ、ホールコーン、片栗粉、食塩、油、ケチャップ、トンカツソース/ブロッコリー、ツナフレーク油漬、にんじん、ボン酢/キャベツ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/きになる野菜 白ぶどう&ほうれん草/梨/米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、豆乳ホイップ、砂糖	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 梨 ◎ホットケーキ(ホイップ付き)
19 木	ご飯 鶏肉のボン酢揚げ わかめと胡瓜の和え物 豆腐とねぎのお吸い物	米/鶏むね肉、ボン酢、本みりん、片栗粉、油/きゅうり、にんじん、カットわかめ、濃口醤油、砂糖/豆腐、たまねぎ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/さつまいも、砂糖、水  	牛乳 果物 ◎いもあん 
20 金	ご飯 鮭ときのこの野菜あん 豚汁 	米/銀鮭(骨なし)、食塩、オリーブ油、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、干しいたけ、生姜、薄口醤油、砂糖、本みりん、だし昆布、混合だし、水、片栗粉/豚肉、だいこん、さつまいも、にんじん、青ねぎ、つきこんにゃく、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、だし昆布、混合だし、水/牛乳/果物/米、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 果物 ◎おはぎ風(きなこ)
21 土	五目ラーメン 果物 	中華めん(卵なし麺)、豚肉、むきえび、はくさい、にんじん、緑豆もやし、干しいたけ、青ねぎ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、ごま油、水/果物/牛乳/ネオ黒糖ロール[既製品のパン]	牛乳 ネオ黒糖ロール
23 月	振替休日 		
24 火	ご飯 チキンカレー ブロッコリーと人参のサラダ 	米/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水/ブロッコリー、にんじん、マヨドレ、食塩/ほうじ茶/フルーチェ(ピーチ)、牛乳/源氏パイ 	お茶 ◎フルーチェ(ピーチ) 源氏パイ 
25 水	ご飯(味付けのり・ゆかり) 高野豆腐の煮物 青菜のみそ汁	米、味付けのり[3〜5歳クラス]、ゆかり和えの素[1〜2歳クラス]/高野豆腐、鶏もも肉、干しいたけ、たまねぎ、にんじん、三度豆、砂糖、薄口醤油、酒、煮干し、食塩、水/こまつな、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、水、豆乳、ホールコーン、油	牛乳 果物 ◎コーンフリッター
26 木	ご飯 豚肉と茄子の炒め物 キャベツのドレッシング和え 豆腐とえのきのすまし汁	米/豚肉、なす、たまねぎ、にんじん、ピーマン、生姜、にんにく、油、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、砂糖、水、ごま油、片栗粉、水/キャベツ、きゅうり、ツナフレーク油漬、ノンオイル柑橘ドレッシング/豆腐、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/ジョア(プレーン)/果物/薄力粉、ココア、砂糖、油、豆乳ホイップ、水	ジョア(プレーン) 果物 ◎ココアクッキー
27 金	ご飯 さんまの蒲焼風 白菜と人参の和えもの しめじとねぎのみそ汁	米/さんま[1歳児はカレイ]、生姜、片栗粉、油、濃口醤油、砂糖、本みりん、水/はくさい、にんじん、濃口醤油、砂糖/しめじ、たまねぎ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉 	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ
28 土	ミートスパゲティ 果物 	スパゲティ、オリーブ油、合ミンチ、たまねぎ、にんじん、油、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、鶏がらスープ、水、食塩、白こしょう、片栗粉、砂糖/果物/牛乳/スナックパン野菜と果物[既製品のパン]	牛乳 スナックパン(野菜と果物)
30 月	ご飯 かぼちゃ入りシチュー 胡瓜とパプリカの甘酢和え  	米/鶏もも肉、じゃがいも、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、クリームシチューの素、牛乳、水/きゅうり、パプリカ(赤)、酢、砂糖、薄口醤油/牛乳/果物/米粉、豚ミンチ、にら、にんじん、ホールコーン、食塩、水、ごま油、濃口醤油、砂糖、ごま油、酢、水	牛乳 果物 ◎チヂミ

9月の1日の平均栄養量 (3歳以上児・おやつ含む) ※3歳未満児は8割の計算	エネルギー	586 kcal	鉄	2.5 mg
	たんぱく質	21.2 g	カルシウム	253 mg
	脂質	18.8 g	ビタミンC	25 mg
	塩分	2.1 g	食物繊維	4.6 g

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※1〜2歳児クラスは、10時に牛乳がつかます。

※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類、その他季節に応じた果物(9月は 梨)を提供予定です。

