

山手幼稚園 2020年 9月 給食便り

新年度がはじまってから1か月が過ぎ、幼稚園での生活にも慣れてきたころでしょうか？
梅雨明けも近づき、あっという間に夏休みの時期になりました。

夏休み明けは再び久しぶりの幼稚園での生活となります。
こどもたちに少しでも負担なくまた幼稚園での生活に慣れて頂くため、
9月もなるべく食べやすいメニューを選び、献立を考えました。

元気の秘訣は手洗いうがい、早寝早起き、そしてしっかりご飯を食べることです！
お給食をしっかり食べて、丈夫なからだづくりをお手伝いできればと思います♪



<献立表>

	月	火 1	水 2	木 3	金 4
朝食		<ul style="list-style-type: none"> ■*始業式* ■(預かり保育) ■ごはん 米 ■とり肉のてりやき とりにく りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 ■こまつなのおひたし こまつな にんじん あぶらあげ だしパック 淡口しょうゆ さとう ■ひじきの煮物 ひじき ★ちくわ にんじん えだまめ だしパック さとう 淡口しょうゆ ■だいごんのみそ汁 だいごん ★さつまあげ えのき 青ねぎ 混合削りぶし みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ■米粉のひき肉カレー 米 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 高野とうふ キャノーラ油 ★フイヨン さとう ★ルルワ ソウ-カレールウ ■添え) ブロッコリー 淡口しょうゆ さとう ■きゅうりのツナサラダ きゅうり ツナ缶 にんじん コーン さとう 濃口しょうゆ ■みかん寒天 みかん缶 かんてん さとう 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■さばのゆず風味焼き さば りょうり酒 さとう 淡口しょうゆ ゆず果汁 ゆず ■いんげんの和え物 さやいんげん えのき 赤パプリカ さとう 淡口しょうゆ ■切干だいごん煮 切干だいごん にんじん ★ちくわ えだまめ だしパック さとう 濃口しょうゆ ■かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ たまねぎ みずな 混合削りぶし みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■牛肉の甘辛炒め さゆーにく たまねぎ もやし にんじん 青ねぎ キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 ■こまつなのちりめん和え こまつな コーン ■ちりめん 淡口しょうゆ さとう ■焼きポテト(コンソメ) フレンチポテト ★フイヨン パセリ缶 ■すまし汁 あつあげ カリフラワー カットわかめ 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ
アレルギー対応		肉類) さばに変更	肉類) 豚肉は入れない	さば) 鶏肉に変更	肉類) 牛肉は入れない 甲殻類) ちりめんは入れない
3時		<ul style="list-style-type: none"> ■こんぶおにぎり 米 塩こんぶ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ビーフソテー ★ちくわ ビーフ たまねぎ ピーマン しお 濃口しょうゆ キャノーラ油 	<ul style="list-style-type: none"> ■コロコロ焼きこうや 高野とうふ マーガリン さとう 	<ul style="list-style-type: none"> ■米粉のりんごケーキ りんご こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー
アレルギー対応		アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
		1材料 - 490kcal 蛋白質 19.3g 脂質 10.3g 加ゆみ 99mg 鉄 2.3mg 食塩 1.8g	1材料 - 498kcal 蛋白質 16.2g 脂質 14g 加ゆみ 83mg 鉄 2.2mg 食塩 2.5g	1材料 - 460kcal 蛋白質 17.8g 脂質 16.5g 加ゆみ 95mg 鉄 2.2mg 食塩 1.4g	1材料 - 442kcal 蛋白質 13.1g 脂質 11g 加ゆみ 155mg 鉄 2.5mg 食塩 1.2g

アレルギー対応表示食品

たまご、乳、甲殻類、ごま
トマト、バナナ、さば、さわら
肉類(豚、牛、鶏、ウインナー、ハム)



献立のマークについて

★: アレルギー対応用の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。
※その他のアレルゲンに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルゲンフリー-カレールウ …… 27品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 27品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ポークウインナー …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚ロースハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・フイヨン …… 27品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・とりがらすープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 27品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 27品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます

○: お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

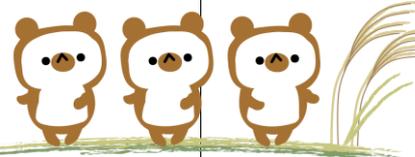
◆: 新メニュー



	7	8	9	10	11
風食	■おたんじょう会メニュー* ■カレーピラフ 米 たまねぎ とりにく にんにく マーガリン ミックスベジタブル 濃口しょうゆ ★フイヨン カレー粉 ■添え) ★ミートボール ■おぐらの和え物 おぐら えのき 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ ■もものゼリー カブゼリーの素 (ビ-チ) もも缶 ■コンソメスープ きゃべつ さやいんげん ★ポークウィンナー ★フイヨン 淡口しょうゆ ハセリ缶	■ごはん 米 ■白身魚のつけ焼き ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん コーン 白ごま ■ごま油 さとう 淡口しょうゆ ■こんにゃくとごぼうの煮物 こんにゃく 糸こんにゃく ごぼう たまねぎ にんじん さとう 淡口しょうゆ りょうり酒 みりん風 だしパック 青ねぎ ■もやしのみそ汁 もやし あぶらあげ 白ねぎ 青ねぎ 混合削りぶし みそ	■おたんじょう会メニュー* ■お昼様つき米粉のハヤシライス 米 ■さゆにく たまねぎ にんじん 高野とうふ ★中濃ソース ケチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルフ ★フイヨン ■トピヅル 量型 にんじん さとう ★フイヨン ポテト グリーンピース ■マカロニサラダ ◆ マカロニ ★ポークウィンナー マーガリン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★フイヨン ハセリ缶 ■添え) フロッコリー 淡口しょうゆ さとう ■いちご寒天 ストロベリー カブゼリーの素 (いちご) かんてん さとう	■おたんじょう会メニュー* ■ごはん 米 ■マーボー豆腐 木綿豆腐 ■豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうが さとう にんにく キャノーラ油 しお こしょう 赤だしみそ みそ ★とりがらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 青ねぎ ■きゅうりの中華サラダ きゅうり コーン ★ちくわ さとう ★とりがらスープ 濃口しょうゆ ■さつまいもの甘煮 さつまいも さとう マーガリン ■ビーフンスープ ビーフン こまつな はくさい 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ ★とりがらスープ	■おたんじょう会メニュー* ■しゃげごはん 米 サクフレーク きぬさや 白ごま しょうが 濃口しょうゆ さとう ■とり肉のからあげ とりにく しお こしょう さとう 濃口しょうゆ しょうが にんにく かたくり粉 キャノーラ油 ■添え) さやいんげん しお にんじん ★フイヨン マーガリン さとう ■二色のぶどうゼリー カブゼリーの素 (ぶどう) カブゼリーの素 (マスカット) ■とん汁 ぶたにく あつあげ だいこん 青ねぎ 混合削りぶし みそ
肉類)	鶏肉は入れない 肉類) ポテトに変更 肉類) ウィンナーは入れない	ごま) 白ごま・ごま油は入れない	肉類) 牛肉は入れない 肉類) ウィンナーは入れない	肉類) 豚肉は入れない	ごま) 白ごまは入れない 肉類) さばに変更 肉類) 豚肉は入れない
3時	■米粉のさつまいもケーキ さつまいも こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	■わかめおにぎり 米 わかめご飯の素	■米粉のブルーベリーケーキ ブルーベリージャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風	■焼きポテト (カレー味) フレンチポテト しお カレー粉 パセリ缶
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	I141* - 405kcal 蛋白質 9.9g 脂質 7.4g 加ゆ量 87mg 鉄 3.9mg 食塩 1.4g	I141* - 448kcal 蛋白質 20g 脂質 5g 加ゆ量 102mg 鉄 2.2mg 食塩 1.6g	I141* - 698kcal 蛋白質 15.8g 脂質 22g 加ゆ量 91mg 鉄 2mg 食塩 2.7g	I141* - 538kcal 蛋白質 16.3g 脂質 9.9g 加ゆ量 95mg 鉄 2.3mg 食塩 1.9g	I141* - 451kcal 蛋白質 18.8g 脂質 15.3g 加ゆ量 67mg 鉄 1.7mg 食塩 1.5g

	14	15	16	17	18
風食	■ごはん 米 ■牛肉のチャプチェ ■さゆにく はるさめ たまねぎ もやし にんじん たら しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ ★とりがらスープ 白ごま ごま油 ■はくさいの和えもの はくさい きゅうり にんじん さとう 淡口しょうゆ ■フロッコリーのおかか和え フロッコリー コーン かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■じゃがいものみそ汁 じゃがいも ★さつまいも カットわかめ 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■さわらの西京焼き さわら りょうり酒 しょうが さとう 濃口しょうゆ 甘みそ ■こまつなのおひたし こまつな にんじん あぶらあげ えのき 濃口しょうゆ さとう ■きゃべつのはちま和え きゃべつ きぬさや 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ 塩こんぶ ■すまし汁 木綿豆腐 おぐら ごぼう 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ	■米粉のコンソームカレー◆ 米 ■とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん コーン グリーンピース キャノーラ油 ★フイヨン さとう コーン缶 ★れんが カール-カールルウ とうにゅう ケチャップ ウスターソース ■おぐらの和え物 おぐら にんじん 黄パプリカ さとう 淡口しょうゆ ■みかんゼリー カブゼリーの素 (ケール) みかん缶	■ごはん 米 ■さばの塩焼き さば りょうり酒 しお ■ほうれん草のちりめん和え ほうれん草 たまねぎ 赤パプリカ ■ちりめん 淡口しょうゆ さとう ■ひじきの煮物 ひじき だいず水煮 にんじん えだまめ だしパック さとう 淡口しょうゆ ■だいごのみそ汁 だいご カリフラワー カットわかめ 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■ぶた肉の中華炒め ぶたにく はくさい たまねぎ しお こまつな にんじん しょうが キャノーラ油 ★とりがらスープ 濃口しょうゆ りょうり酒 こしょう かたくり粉 ■いんげんの和え物 さやいんげん コーン えのき さとう 淡口しょうゆ ■ピーチゼリー カブゼリーの素 (ビ-チ) ■さつまいものみそ汁 さつまいも あぶらあげ みずな 混合削りぶし みそ
肉類)	牛肉は入れない ごま) 白ごま・ごま油は入れない	さわら) 鶏肉に変更	肉類) 鶏肉は入れない	さば) 鶏肉に変更 甲殻類) ちりめんは入れない	肉類) 豚肉は入れない
3時	■米粉のにんじんケーキ にんじん こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	■ひじきおにぎり 米 ひじき にんじん きぬさや 淡口しょうゆ みりん風 さとう	■ココロ焼きこや 高野とうふ マーガリン さとう	■ビーフンのナポリタン風 ビーフン たまねぎ ピーマン コーン キャノーラ油 こしょう 淡口しょうゆ ケチャップ さとう	■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	I141* - 477kcal 蛋白質 13g 脂質 12.1g 加ゆ量 83mg 鉄 1.8mg 食塩 1.5g	I141* - 438kcal 蛋白質 17.9g 脂質 7.3g 加ゆ量 117mg 鉄 2.1mg 食塩 1.5g	I141* - 477kcal 蛋白質 13.3g 脂質 12.4g 加ゆ量 85mg 鉄 2mg 食塩 2.3g	I141* - 434kcal 蛋白質 17.8g 脂質 15.9g 加ゆ量 99mg 鉄 2.1mg 食塩 1.6g	I141* - 512kcal 蛋白質 18g 脂質 8.2g 加ゆ量 111mg 鉄 2.5mg 食塩 1.3g



	月 21	火 22	水 23	木 24	金 25
	■*敬老の日* 	■*秋分の日* 	■米粉のハヤシライス 米 さゆうにく たまねぎ にんじん 高野とうふ ★中濃ソース ケチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルウ ★フイヨン ■かぼちゃサラダ かぼちゃ ミックスベジタブル ★ポークウィンナー マーガリン ★卵不使用マヨネーズ ★フイヨン 穀物酢 パセリ缶 ■フルーツ寒天 ミックスフルーツ缶 かんてん さとう	■ごはん 米 ■コーンフレックチキン とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう コーンフレック ■ほうれん草のおかか和え ほうれんそう たまねぎ コーン かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■切干だいごんのツナ煮 切干だいごん ツナ缶 にんじん ★ちくわ えだまめ だしパック さとう 濃口しょうゆ ■あつあげのみそ汁 あつあげ カリフラワー カットわかめ 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■回鍋肉 ぶたにく きゃべつ たまねぎ 赤パプリカ さとう ★とりからスープ みそ 赤だしみそ 濃口しょうゆ キャノーラ油 ■きゅうりのちりめんサラダ きゅうり にんじん ちりめん さとう 濃口しょうゆ ■シウマイ 豚しゅうまい ■はるさめスープ はるさめ こまつな えのき ★とりからスープ 濃口しょうゆ
アレルギー対応		*ミックスフルーツ* 桃・梨・パイナップル ぶどう・さくらんぼ	(肉類) 牛肉は入れない (肉類) ウィンナーは入れない	(肉類) さばに変更	(肉類) 豚肉は入れない (甲殻類) ちりめんは入れない (肉類) ポテトに変更
3時			■こんぶおにぎり 米 塩こんぶ	■星ポテト(のりしお) ポテト しお 青のり	■米粉のいちごケーキ いちごジャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー
アレルギー対応			アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
			1人分 - 640kcal 蛋白質 15g 脂質 19.9g 加糖量 69mg 鉄 1.9mg 食塩 2.5g	1人分 - 481kcal 蛋白質 20.2g 脂質 15g 加糖量 124mg 鉄 2.0mg 食塩 1.8g	1人分 - 487kcal 蛋白質 16.9g 脂質 10.1g 加糖量 124mg 鉄 2.2mg 食塩 2.1g

	28	29	30
風食	■にんじんごはん 米 にんじん さとう 濃口しょうゆ ★フイヨン マーガリン パセリ缶 ■とうふハンバーグ ★豆腐ハンバーグ ■てりやきソース たまねぎ しめじ だしパック さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 ■添え) フロッコリー 濃口しょうゆ さとう ■ぶどうゼリー カアメリの素(ぶどう) ■はくさいのみそ汁 はくさい おくら あぶらあげ 混合削りぶし みそ	■スタミナカレー◆ 米 じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース キャノーラ油 ★フイヨン さとう ★丸割(ツリ)カレールウ ■トピヅク) ぶたにく 赤ビーマン 黄ビーマン キャノーラ油 しお こしょう カレー粉 にんにく しょうが ■いんげんのごまドレサラダ さやいんげん にんじん しめじ 濃口しょうゆ さとう 白ごま ねりごま ■みかん寒天 みかん缶	■ごはん 米 ■白身魚の磯部揚げ ホキ しお りょうり酒 かたくり粉 あおさ キャノーラ油 ■ほうれん草の和え物 ほうれんそう にんじん コーン 濃口しょうゆ さとう ■こうや豆腐の煮物 高野とうふ たまねぎ しいたけ だしパック さとう 濃口しょうゆ えだまめ ■きゃべつのみそ汁 きゃべつ ★さつまあげ えのき 青ねぎ 混合削りぶし みそ
アレルギー対応	(肉類) じゃがいものおやきに変更	(肉類) 豚肉は入れない (ごま) 白ごま・ねりごまは入れない	アレルギー対応はありません
3時	■焼きビーフン ★ちくわ ビーフン たまねぎ ビーマン しお 濃口しょうゆ キャノーラ油	■ひじきおにぎり 米 ひじき にんじん きぬさや 濃口しょうゆ みりん風 さとう	■米粉のブルーベリーケーキ ブルーベリージャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー
アレルギー対応	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	1人分 - 407kcal 蛋白質 14.7g 脂質 10.4g 加糖量 69mg 鉄 2mg 食塩 2.1g	1人分 - 530kcal 蛋白質 12.9g 脂質 10.1g 加糖量 96mg 鉄 2.1mg 食塩 2.2g	1人分 - 485kcal 蛋白質 20.6g 脂質 10g 加糖量 128mg 鉄 2.1mg 食塩 1.7g

