

| 月 | 火 | | | 水 | | | 木 | | | 金 | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|--|---|--|--|--|--|----|-----|------|------|----|-----|------|------|-----|-----|-----|----|--|-------|----|--------|
| 3 | エネルギーkcal 384 | たんぱく質g 9.9 | しつg 8.5 | 4 | 398 | 14.1 | 17.3 | 5 | 393 | 14.8 | 10.6 | 6 | 436 | 11.1 | 12.3 | | | | | | | | |
| <p>「あか」のたべものからだをつくるもと 「きいろ」のたべものけんきいっばい!! エネルギーのもと 「みどり」のたべものびょうきにまけないからだのちょうしをととのえる</p> | <p>ポークカレーライス こめ 56.3 黄 ぶたにく 16 赤 あぶら 1.58 黄 にんにく 0.16 緑 しょうが 0.4 緑 たまねぎ 46.8 緑 にんじん 8.8 緑 かぼちゃ 17.6 緑 りんごピューレ 1.58 緑 トマトケチャップ 2.38 ウスターソース 1.32 パイオン 0.53 しお 0.08 こめカレーウ 10.4 黄</p> | <p>うみと はたけのサラダ ツナフレーク 8 赤 キャベツ 12 緑 にんじん 4.8 緑 ホールコーン 4 緑 ひじき 0.8 赤 あぶら 0.24 黄 うすくちしょうゆ 0.77</p> <p>ふくじんづけ 12 緑</p> | <p>ぎゅうにゅう 赤 コッパン 黄</p> <p>ミートボールの クリムに ミートボール 20 赤 しろワイン 0.4 たまねぎ 24 緑 にんじん 12 緑 かぼちゃ 20 緑 パセリ 0.02 緑 パイオン 1.6 マーガリン 2 黄 こめ 4.8 黄 とうにゅう 16 赤 とうにゅうクリーム 4 赤 しお 0.04 こしょう 0.02</p> | <p>フライドポテト じゃがいも 32 黄 あげあぶら 黄 しお 0.08</p> <p>ハムの マリネサラダ ハム 8 赤 キャベツ 12 緑 ホールコーン 4 緑 きゅうり 12 緑 りんごす 1.12 あぶら 0.8 黄 さとう 0.4 黄 うすくちしょうゆ 0.64 しお 0.16 こしょう 0.02</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>しゅうまい こめしょうまい 1 赤黄</p> <p>パンサンスー きゅうり 16 緑 にんじん 4 緑 もやし 20 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.32 黄 しお 0.16 うすくちしょうゆ 1.6 す 0.8 ごまあぶら 0.08 黄</p> <p>マーボー豆腐 ぶたひきにく 15.8 赤 ごまあぶら 1.6 黄 しょうが 0.18 緑 にんにく 0.4 緑 にんじん 7.92 緑 とうふ 79.2 赤 しろねぎ 6.16 緑 ニラ 1.6 緑 さとう 2.38 黄 うすくちしょうゆ 1.6 こいくちしょうゆ 2 みそ 1.58 赤 さけ 1.58 ちゅうかパイオン 0.64 でんぶん 2 黄</p> <p>世界の料理 麻婆豆腐 (中国)</p> | <p>かぼちゃの てんぷら かぼちゃ 28.8 緑 しお 0.36 こめ 5.76 黄 こんぶパウダー 0.01 赤 あげあぶら 黄</p> <p>もちむぎピーマン ツナフレーク 8 赤 ピーマン 6.4 緑 キャベツ 20 緑 もちむぎ 3.34 黄 かつおぶし 0.08 赤 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.46 黄 みりん 0.34 うすくちしょうゆ 1.6 ごまあぶら 0.08 黄</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 291 | 8.4 | 3.3 | 11 | 272 | 13.8 | 11.8 | 12 | 457 | 12.3 | 11.9 | 13 | 353 | 16.6 | 5.7 | | | | | | | | |
| <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>チャプチェ ぶたにく 8 赤 しょうが 0.24 緑 にんにく 0.16 緑 ほししいたけ 0.16 緑 にんじん 8 緑 たけのこ 8 緑 はるさめ 4 黄 あおねぎ 0.8 緑 うすくちしょうゆ 1.44 さとう 0.64 黄 しお 0.2 こしょう 0.01 ごまあぶら 0.52 黄</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>ポークカレーライス こめ 56.3 黄 ぶたにく 16 赤 あぶら 1.58 黄 にんにく 0.16 緑 しょうが 0.4 緑 たまねぎ 46.8 緑 にんじん 8.8 緑 かぼちゃ 17.6 緑 りんごピューレ 1.58 緑 トマトケチャップ 2.38 ウスターソース 1.32 パイオン 0.53 しお 0.08 こめカレーウ 10.4 黄</p> | <p>コーンスープ ベーコン 8 緑 コーンクリーム 13.4 ホールコーン 6.66 緑 しろねぎ 8.66 緑 ニラ 4 緑 しお 0.08 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 0.64 とんこつスープ 2 ちゅうかパイオン 0.96</p> <p>もやしのナムル もやし 20 緑 きゅうり 8 緑 にんじん 4 緑 さとう 0.48 黄 みりん 0.4 しお 0.16 うすくちしょうゆ 0.8 こんぶパウダー 0.01 赤 ごまあぶら 0.16 黄</p> | <p>ぎゅうにゅう 赤 とうふパン 黄</p> <p>世界の料理 アドボ (フィリピン)</p> <p>ポトフ ポークウイナー 8 赤 オリーブオイル 0.16 黄 にんじん 12 緑 たまねぎ 20 緑 キャベツ 24 緑 ブロッコリー 12 緑 パセリ 0.02 緑 パイオン 0.64 やさいだし 1.76 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.72 しろワイン 0.66</p> | <p>アドボ とり 32 赤 あぶら 0.24 黄 たまねぎ 12 緑 にんじん 4 緑 にんにく 0.13 緑 さとう 0.64 黄 しお 0.1 こいくちしょうゆ 1.28 あかワイン 0.64 す 1.92 ローリエ 0.02</p> <p>キャベツと コーンのサラダ キャベツ 32 緑 ホールコーン 4 緑 パイオン 1.24 黄 りんごす 1.24 しお 0.16 うすくちしょうゆ 0.25</p> | <p>はんりょうごはん 28.2 黄</p> <p>あわじ たまねぎコロッケ あわじたまねぎコロッケ 1 赤黄緑</p> <p>あじつきり 1 赤</p> <p>世界の料理 ラーメン (???)</p> | <p>みそラーメン ちゅうかめん 52 黄 あぶら 1.6 黄</p> <p>ぶたにく 16 赤 ごまあぶら 0.16 黄 にんじん 8 緑 たまねぎ 16 緑 あおねぎ 2.4 緑 しめじ 8 緑 もやし 16 緑 きくらげ 0.24 いりこだし 0.36 ちゅうかパイオン 0.64 とんこつスープ 2 みそ 3.2 赤 はつちようみそ 4 赤</p> | <p>ぼらの しょうがだれ ぼら 1きれ 赤 あぶら 0.16 黄 しょうが 0.16 緑 たまねぎ 8 緑 ピーマン 2.4 緑 にんじん 2.4 緑 さけ 0.24 みりん 0.24 さとう 0.4 黄 こいくちしょうゆ 1.2</p> <p>こんぶあえ にんじん 4 緑 はくさい 24 緑 こまつな 8 緑 きざみこんぶ 1.28 赤 みりん 0.8 うすくちしょうゆ 0.27</p> | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | 429 | 13.0 | 7.7 | 18 | 406 | 16.3 | 19.2 | 19 | 399 | 12.5 | 5.1 | 20 | 294 | 13.6 | 2.8 | | | | | | | | |
| <p>敬老の日</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>いものこじる ごぼう 8 緑 にんじん 8 緑 ほししいたけ 0.4 緑 しめじ 4 緑 こんにゃく 4 さいとも 20 黄 とうふ 20 赤 あおねぎ 2.4 緑 しお 0.26 みりん 0.34 うすくちしょうゆ 2.8 かつおだし 0.48 だしこんぶ 0.8 いりこだし 0.36</p> <p>つきみデザート 1 赤黄</p> | <p>ハンバーグ てりやきだれ うきがたハンバーグ 1 赤 しお 0.04 さけ 0.8 たまねぎ 3.2 緑 りんごピューレ 4 緑 さとう 1.6 黄 こいくちしょうゆ 1.6 にんじん 4 緑 でんぶん 0.24 黄</p> <p>こうやどうふの ふくめに こうやどうふ 3.2 赤 にんじん 16 緑 ほししいたけ 0.36 緑 かつおだし 0.47 うすくちしょうゆ 1.68 さとう 1.6 黄 さけ 1.68 みりん 1.68</p> | <p>ぎゅうにゅう 赤 コッパン 黄</p> <p>オニオンスープ ベーコン 4 赤 オリーブオイル 0.16 黄 たまねぎ 28 緑 にんじん 4 緑 マッシュルーム 2.4 緑 キャベツ 12 緑 パセリ 0.02 緑 パイオン 0.96 やさいだし 1.76 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.64 しろワイン 0.4</p> | <p>サムライ サムライ 1 赤黄 あげあぶら 黄</p> <p>ごぼうサラダ ごぼう 8 赤 ツナフレーク 16 緑 にんじん 4 緑 きゅうり 4 緑 ホールコーン 4 緑 うすくちしょうゆ 0.8 す 0.41 さとう 0.25 黄 ねりごま 0.82 黄 しるいりごま 0.41 黄 マヨネーズ/ソエグ 4.8 黄</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>フルーツサラダ みかん 24 緑 パイナップル 24 緑 もも 19.8 緑</p> <p>ヨーグルト 1 赤</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>はっぼうさい ぶたにく 24 赤 しょうが 0.16 緑 ほししいたけ 0.4 緑 もやし 12 緑 にんじん 12 緑 たまねぎ 24 緑 はくさい 48 緑 たけのこ 7.92 緑 ニラ 2.4 緑 きくらげ 0.24 ごまあぶら 0.56 黄 ちゅうかパイオン 0.64 さとう 0.32 黄 こしょう 0.02 さけ 0.32 うすくちしょうゆ 4.8 でんぶん 1.6</p> | <p>くりごはん こめ 52 黄 くり 12 黄 しお 0.96 さけ 1.55 こんぶパウダー 0.02 赤</p> <p>和土料理 栗ごはん</p> <p>のりあえ もやし 26.7 緑 きゅうり 6.66 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.4 さとう 0.46 黄 うすくちしょうゆ 1.86 やきのり 0.08 赤</p> <p>世界の料理 ポルシチ (ウクライナ)</p> | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | 445 | 14.2 | 11.8 | 25 | 342 | 12.6 | 15.2 | 26 | 378 | 13.6 | 11.7 | 27 | 397 | 12.9 | 9.7 | | | | | | | | |
| <p>秋分の日 振替休日</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>さつま芋のポタージュ ハム 6.4 赤 たまねぎ 23.2 緑 にんじん 8 緑 さつま芋 36 黄 しいんげんペースト 8 赤 パイオン 0.96 やさいだし 1.76 マーガリン 1 黄 こめ 2 黄 とうにゅう 16 赤 とうにゅうクリーム 4 赤 こしょう 0.02 しろワイン 0.8</p> | <p>とりのれもんがけ とり 36 赤 しお 0.24 こしょう 0.02 さけ 0.72 みりん 0.72 でんぶん 2.16 黄 あげあぶら 3.2 黄 レモンじり 0.26 緑 さとう 1.09 黄 うすくちしょうゆ 1.98</p> <p>こまつなソテーサラダ ベーコン 4 赤 にんじん 3.2 緑 こまつな 16.8 緑 ホールコーン 4 緑 あぶら 0.16 黄 さとう 0.12 黄 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 0.4</p> | <p>ぎゅうにゅう 赤 ミルクパン 黄</p> <p>ポークカレーソテー ぶたにく 20 赤 しょうが 0.14 緑 にんにく 0.14 緑 あぶら 0.16 黄 たまねぎ 12 緑 キャベツ 16 緑 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 0.87 ウスターソース 0.29 カレー 0.14</p> | <p>ジュリアンスープ たまねぎ 28 緑 にんじん 8 緑 レタス 20 緑 パセリ 0.02 緑 パイオン 0.72 やさいだし 1.76 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.96 しろワイン 0.66</p> <p>ツナかぼちゃ ツナフレーク 8 赤 かぼちゃ 24 緑 たまねぎ 8 緑 ホールコーン 3.2 緑 しお 0.04 こしょう 0.01 マヨネーズ/ソエグ 4.64 黄</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>すましじり だいこん 16 緑 にんじん 4 緑 はくさい 24 緑 しめじ 4 緑 あおねぎ 2.4 緑 ふ 0.8 黄 しお 0.04 みりん 0.34 うすくちしょうゆ 2.64 かつおだし 0.48 だしこんぶ 0.4 いりこだし 0.36</p> | <p>さばのみそだれ さば 1きれ 赤 あぶら 0.16 黄 しろねぎ 1.6 緑 さけ 0.4 さとう 0.56 黄 しろみそ 2.4 赤 こいくちしょうゆ 0.32 みりん 0.24 でんぶん 0.12 黄</p> <p>ブロッコリーのおかかあえ ブロッコリー 32 緑 にんじん 4 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.34 さとう 0.46 黄 うすくちしょうゆ 1.6 かつおぶし 0.16</p> | <p>ごはん 56.3 黄</p> <p>ふりかけおかか 1 赤</p> <p>ポルシチ ぶたにく 6.4 赤 あぶら 0.16 黄 にんにく 0.08 緑 にんじん 8 緑 たまねぎ 24 緑 キャベツ 12 緑 じゃがいも 24 黄 しお 0.08 しろワイン 0.24 トマトみずじ 16 緑 トマトケチャップ 3.6 パイオン 0.64 やさいだし 1.76 パプリカ 0.01 とうにゅう 8 赤</p> <p>ミートボールの パターしょうゆやき ミートボール 33.6 赤 たまねぎ 8 緑 ブロッコリー 6.4 緑 にんじん 4 緑 ホールコーン 2.4 緑 マヨネーズ/ソエグ 2.24 黄 マーガリン 1 黄 うすくちしょうゆ 0.08 こしょう 0.01</p> <p>キャベツのサラダ キャベツ 28 緑 にんじん 8 緑 きゅうり 4 緑 わふうドレッシング 4.8 黄</p> | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 30 | 332 | 9.3 | 8.0 | <p>給食費</p> <table border="1"> <tr> <td>幼稚園</td> <td>給食費</td> <td>手数料</td> <td>合計</td> </tr> <tr> <td></td> <td>3,500</td> <td>55</td> <td>3,555円</td> </tr> </table> <p>9月分の振替日は10日(火)です。(再振替日は26日(木)です。) 未納者「0」にご協力願います。</p> | | | | | | | | | | | | 幼稚園 | 給食費 | 手数料 | 合計 | | 3,500 | 55 | 3,555円 |
| 幼稚園 | 給食費 | 手数料 | 合計 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3,500 | 55 | 3,555円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>グリーンサラダ キャベツ 28 緑 ブロッコリー 8 緑 きゅうり 4 緑 わふうドレッシング 4.8 黄</p> <p>ハヤシライス こめ 39.4 黄 もちむぎ 12.2 黄 ぶたにく 20 赤 にんにく 0.08 緑 マーガリン 0.74 黄 たまねぎ 40 緑 にんじん 8 緑 マッシュルーム 8 緑 あかワイン 0.8 こしょう 0.02 トマトピューレ 0.8 緑 トマトケチャップ 0.8 トマトジュース 6.4 こめハヤシウ 8 黄 ぶたにく 3.2 黄 こんぶパウダー 0.02 赤 とんかつソース 0.64 ウスターソース 0.4</p> | <p>※仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。材料の重量は目安となります。 ※幼稚園では「牛乳」の提供は水曜日のみとなります。</p> <p>● はばたんマークがついている食材は兵庫県産です。</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |