



メニュー表



2025年09月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
2日 (火)	中華飯 甘芋	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 さつまいも 油 きび砂糖	豚肉	たまねぎ にんじん キャベツ	407	9.4	7.5	1.4
3日 (水)	ご飯 牛肉入りコロッケ ラタトゥイユ オレンジゼリー	精白米 じゃがいも パン粉 三温糖 油 オレンジゼリー	牛肉 豚肉 	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく なす ピーマン	387	7.3	10.4	0.4
4日 (木)	ご飯 回鍋肉 きゅうりのナムル スープ(もやし・わかめ)	精白米 三温糖 片栗粉 めんつゆ ごま油	豚肉 味噌 わかめ	にんじん キャベツ きゅうり もやし	390	14.6	13.2	0.9
5日 (金)	ご飯 野菜のごま風味サラダ	精白米 じゃがいも カレールウ めんつゆ ごま	豚肉	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー	423	10.2	12.1	1.3
そうやまカレー♪ 								
8日 (月)	ご飯 白身魚フライ マカロニソテー キャロットサラダ	精白米 パン粉 油 マカロニ マヨネーズ	たら 青のり ロースハム	にんじん いんげん	359	10.5	9.3	0.4
9日 (火)	冷やしきしめん 鶏肉の唐揚げ キャベツ添え	きしめん めんつゆ 天かす 片栗粉 油 ごまドレッシング きび砂糖 アミノ油	かまぼこ 鶏肉 	ほうれん草 しょうが にんにく キャベツ	304	12.0	11.5	1.7
愛知県の郷土料理「きしめん」								
10日 (水)	ビビンバ丼 焼きかぼちゃ わかめスープ	精白米 三温糖 めんつゆ 油 きび砂糖 ごま油	鶏肉 豚肉 味噌 卵 わかめ	たまねぎ にんじん もやし きゅうり かぼちゃ	441	15.2	9.8	1.1
11日 (木)	ご飯 豚肉のバーベキューソース炒め 春雨サラダ 味噌汁(油揚げ・もやし)	精白米 三温糖 きび砂糖 はるさめ 酢 ごま油	豚肉 油揚げ 味噌	たまねぎ トマトケチャップ にんじん きゅうり もやし	411	13.8	11.7	1.3
16日 (火)	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) マカロニサラダ 味噌汁(玉ねぎ・人参)	精白米 片栗粉 マカロニ マヨネーズ	鶏肉 豆腐 味噌	たまねぎ キャベツ ホールコーン にんじん	337	10.9	5.9	1.2
17日 (水)	ご飯 鶏肉の生姜焼き 大豆のチリコンカン 味噌汁(麩・わかめ)	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 麩	鶏肉 大豆 豚肉 わかめ 味噌	しょうが たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく	401	18.5	11.8	1.1



メニュー表



2025年09月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
18日 (木)	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 パンプキンサラダ マスカットゼリー	精白米 三温糖 マヨネーズ マスカットゼリー	豚肉	しょうが たまねぎ にんにく かぼちゃ きゅうり	413	12.9	12.7	0.5
19日 (金)	麻婆飯 彩りサラダ	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 めんつゆ	豆腐 豚肉 味噌	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん ブロッコリー	363	12.6	6.4	1.3
22日 (月)	ご飯 赤魚の煮付け 和風スパゲティ 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ)	精白米 三温糖 スパゲティ 油	赤魚 ベーコン 油揚げ 味噌	にんじん ほうれん草 たまねぎ	314	13.6	3.9	1.3
24日 (水)	大豆ミートのそぼろ丼 青のりポテト わかめスープ 	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 油 めんつゆ ごま じゃがいも	卵 大豆ミート 青のり わかめ	しょうが にんじん いんげん	388	13.5	5.4	1.1
26日 (金)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) ひじきの煮付け おかあさん先生の味噌汁 (玉ねぎ・じゃが芋)	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 じゃがいも	鶏肉 豚肉 ひじき 味噌	たまねぎ トマトケチャップ にんじん グリーンピース	348	13.4	8.3	1.1
29日 (月)	ご飯 鶏肉の白味噌焼き 高野豆腐と野菜の煮物 すまし汁(麩・わかめ)	精白米 三温糖 麩	鶏肉 味噌 高野豆腐 わかめ	にんじん たまねぎ	363	16.9	10.6	1.3
30日 (火)	きつねうどん メンチカツ 野菜のマヨ和え 	うどん めんつゆ パン粉 マヨネーズ アミノ油	油揚げ かまぼこ わかめ 鶏肉 豚肉	たまねぎ キャベツ にんじん	308	9.7	9.5	2.2
平均					373	12.6	9.4	1.2

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。

※持ち物 給食の日: 箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
お弁当の日: お弁当、箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
家で箸を使っていない場合、持たせないでください。

※1日(月)・12(金)・25(木)は全員お弁当持参になります。お弁当の用意をお願いします。

※ぞうやまカレー: 5日(金)はぞうやまカレー作りの日です。年中・年長児は野菜の皮むき等のお手伝いをしますので、エプロン・三角巾を持たせてください。

