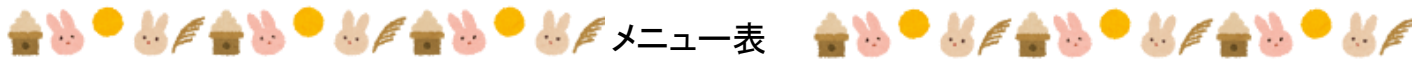


2026年09月

象山幼稚園

メニュー表

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				
1日 (火)	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き マカロニソテー 彩りサラダ	精白米 きび砂糖 マカロニ 油 マヨネーズ アミノ油	鶏肉 青のり	トマトケチャップ キャベツ ブロッコリー ホールコーン	379	15.1	11.8	0.7
2日 (水)	ピビンパ丼 甘芋 わかめスープ	精白米 三温糖 めんつゆ ごま さつまいも 油 きび砂糖	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	452	14.8	9.8	1.1
3日 (木)	ぞうやまカレー ミネラルサラダ ピーチゼリー 	精白米 じゃがいも カレーウ めんつゆ ピーチゼリー	豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ	451	10.1	12.0	1.3
4日 (金)	ご飯 赤魚の煮付け ビーフン スティックきゅうり	精白米 三温糖 ビーフン ごま油 マヨネーズ	赤魚 豚肉	キャベツ にんじん きゅうり 	314	13.4	6.0	0.6
7日 (月)	ご飯 鶏肉の生姜焼き ひじきの煮付け 野菜の信田和え	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 めんつゆ	鶏肉 ひじき 鶏肉 油揚げ	しょうが にんじん キャベツ ブロッコリー	367	15.7	10.0	0.7
8日 (火)	ご飯 回鍋肉 春雨の和え物 中華スープ(えのき・わかめ)	精白米 三温糖 片栗粉 はるさめ きび砂糖 酢 油 ごま油	豚肉 味噌 わかめ	にんじん キャベツ ホールコーン ほうれん草 えのきたけ	389	13.0	11.4	1.0
9日 (水)	ご飯 牛肉入りコロッケ カレービーンズ もやしのサラダ	精白米 じゃがいも パン粉 カレーウ めんつゆ	牛肉 大豆 豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん グリーンピース もやし きゅうり	378	9.6	10.4	0.5
11日 (金)	冷やしためきうどん 照り焼き肉団子 チーズ入りサラダ 	うどん 天かす めんつゆ 片栗粉 マヨネーズ きび砂糖 酢	かまぼこ わかめ 鶏肉 豚肉 チーズ	たまねぎ キャベツ にんじん	311	10.4	9.6	1.6
14日 (月)	ご飯 豚肉の生姜炒め マカロニサラダ 味噌汁(油揚げ・えのき)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨネーズ	豚肉 油揚げ 味噌	たまねぎ にんじん しょうが キャベツ えのきたけ	418	14.4	13.9	1.1
15日 (火)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 野菜の金平 彩りサラダ	精白米 片栗粉 油 三温糖 ごま めんつゆ	鶏肉	しょうが にんにく にんじん ごぼう いんげん キャベツ ブロッコリー ホールコーン	394	14.7	13.4	0.5



メニュー表

2026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				
16日 (水)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) マッシュポテト 野菜のごま風味サラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも ごまドレッシング アミノ油	鶏肉 豚肉	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん きゅうり	346	12.0	8.8	0.4
17日 (木)	ご飯 白身魚フライ 鶏レバーの甘辛煮 もやしの和え物 味噌汁(油揚げ・キャベツ)	精白米 パン粉 油 めんつゆ	たら 鶏肉 油揚げ 味噌	もやし にんじん きゅうり キャベツ	365	13.7	8.9	1.1
18日 (金)	大豆ミートのキーマカレー キャベツのサラダ オレンジゼリー 	精白米 カルルウ きび砂糖 油 酢 オレンジゼリー	豚肉 大豆ミート	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	427	11.7	6.6	1.4
24日 (木)	ご飯 鶏肉の白味噌焼き 高野豆腐と野菜の煮物 春雨サラダ ごうやま味噌汁(玉ねぎ・キャベツ)	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	鶏肉 味噌 高野豆腐	にんじん たまねぎ ほうれん草 キャベツ	405	18.0	11.2	1.6
28日 (月)	ご飯 ほっけのみりん焼き 金平にんじん 二色サラダ	精白米 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ	ほっけ 油揚げ	にんじん だいこん ブロッコリー ホールコーン	305	13.2	3.4	0.9
29日 (火)	中華飯 青のりポテト マスカットゼリー	精白米 三温糖 油 片栗粉 ごま油 じゃがいも マスカットゼリー	豚肉 青のり	トマトケチャップ たまねぎ にんじん キャベツ	406	9.4	7.8	1.3
30日 (水)	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) 和風スパゲティ キャベツのごま風味サラダ	精白米 片栗粉 スパゲティ 油 めんつゆ ごま	鶏肉 豆腐 ベーコン	たまねぎ にんじん ほうれん草 キャベツ きゅうり	320	10.8	4.4	0.8
平均					378	12.9	9.3	1.0

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。

※ ごうやまカレー:9月3日(木)はご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。

※お弁当の日:9月10日(木)、25日(金)は全員お弁当持参になります。お弁当の準備をお願いします。

※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、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。