



平成30年度 9月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	上段 乳児 下段 幼児	
			赤	緑	黄		エネルギー	たんぱく質
			血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの			
1 土	○	中華丼 枝豆 小魚 果物 具だくさん汁	豚もも肉 なたと いわし 油揚げ みそ	キャベツ 玉ねぎ 人参 椎茸 ビーマン 枝豆 果物 玉ねぎ 人参 ごぼう	米 ごま油 片栗粉 じゃがいも	麦茶 せんべい	522 555	22.7 24.7
3 月	○	麦ご飯 果物 さんまの塩焼き ひじき煮 みそ汁	さんま 油揚げ ひじき みそ	果物 トマト 人参 いんげん 玉ねぎ 椎茸	米 押麦 油 砂糖	麦茶 みたらし団子	532 580	20.7 21.7
4 火	○	麦ご飯 果物 チリコンカン フレンチサラダ コンソメスープ	豚もも肉 大豆 チーズ ロースハム ベーコン	果物 玉ねぎ 人参 枝豆 トマト キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 しめじ チンゲン菜	米 押麦 カレールウ 油 油 砂糖	引き渡し訓練 午後おやつなし		
5 水	○	(伊豆市統一メニュー)麦ご飯 果物 鶏肉のりんごソースかけ 三色ビーマンのごま風味 さつまと油揚げのみそ汁	鶏もも肉 油揚げ みそ	果物 りんご 玉ねぎ ビーマン もやし 玉ねぎ	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 ごま ごま油 さつま芋	麦茶 ラスク	522 573	21.8 23.3
6 木	○	食パン 果物 マカロニグラタン ツナサラダ トマトスープ	鶏もも肉 牛乳 チーズ ツナ ベーコン	果物 玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり キャベツ 人参 コーン トマト 人参 玉ねぎ 小松菜	食パン マカロニ 小麦粉 油 砂糖	麦茶 おにぎり	526 576	21.5 22.9
7 金	○	麦ご飯 果物 さばのみそ煮 キャベツのおかか和え すまし汁	さば みそ かつお節 わかめ 豆腐	果物 キャベツ 人参 人参 ねぎ	米 押麦 砂糖	麦茶 シリアルパー	507 533	21.0 22.0
8 土	○	チキンライス ウインナー 枝豆 ポテトスープ	鶏もも肉 ウインナー	玉ねぎ 人参 ビーマン 枝豆 玉ねぎ 人参 ごぼう	米 油 じゃがいも	麦茶 クッキー	548 570	20.1 20.7
10 月	○	麦ご飯 果物 マーボナス パンサンデー 中華スープ	豚ひき肉 みそ ロースハム 豆腐 なたと	果物 なす 玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ きゅうり 人参 人参 玉ねぎ もやし しめじ	米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 たこ焼き	500 545	20.2 21.3
11 火	○	食パン ブルーベリージャム 鮭のカレー風味焼き マカロニサラダ かぼちゃの豆乳スープ	鮭 豆乳	トマト きゅうり 人参 コーン かぼちゃ 玉ねぎ	食パン 砂糖 マカロニ マヨネーズ	麦茶 リンゴマフィン	512 559	23.9 25.9
12 水	○	おにぎり(非常食) ミニゼリー 鶏肉のから揚げ トマト フレンチサラダ みそ汁	鶏もも肉 油揚げ 鶏もも肉 ロースハム わかめ みそ	人参 ごぼう たけのこ トマト きゅうり キャベツ 人参 なす	米 砂糖 片栗粉 油 油 砂糖	麦茶 ふわっとふー	500 545	23.7 25.6
13 木	○	スパゲティーマイトソース チーズサラダ 果物 わかめのスープ	豚ひき肉 チーズ わかめ	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース キャベツ きゅうり 人参 果物 人参 もやし	スパゲティーマイトソース 油 片栗粉 砂糖 油 砂糖	麦茶 サンドパン	517 566	20.3 21.4
14 金	○	黒米ご飯 果物 スイートコロケ 切り干し大根煮 みそ汁	鶏ひき肉 油揚げ 豆腐 みそ	果物 玉ねぎ 人参 切り干し大根 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 黒米 さつまいも 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 ヨーグルト	522 559	19.2 19.2
15 土	○	カレーライス チーズ 枝豆 果物	豚もも肉 チーズ	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ 枝豆 果物	じゃがいも 米 カレールウ 砂糖	麦茶 アイス	565 582	21.3 21.6
18 火	○	麦ご飯 果物 さばのごま照り焼き かぼちゃサラダ みそ汁	さば ロースハム 豆腐 みそ	果物 トマト かぼちゃ きゅうり 椎茸 青菜	米 押麦 砂糖 ごま マヨネーズ	麦茶 パバロア	467 587	17.9 22.5
19 水	○	冷やし塩ラーメン フライドポテト 金時煮豆 ゼリー	焼き豚 なたと 金時豆	もやし 人参 玉ねぎ キャベツ じゃがいも 油 砂糖	中華生麺 ごま油 砂糖	麦茶 ポップコーン	512 548	19.8 20.5
20 木	○	麦ご飯 果物 さんまのかば焼き キャベツの塩昆布和え さつま汁	さんま 塩昆布 油揚げ みそ	果物 キャベツ 人参 玉ねぎ しめじ	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 さつまいも	麦茶 おはぎ (きな粉)	529 578	19.2 20.0
21 金	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き コーンサラダ もやしのスープ	鶏もも肉 ベーコン	果物 トマト きゅうり キャベツ 人参 コーン もやし 人参	米 押麦 マーマレード 油 砂糖	麦茶 さつま蒸しパン	518 560	20.5 21.6
22 土	○	マーボ豆腐丼 小魚 果物 ポテトスープ	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし	玉ねぎ 人参 ねぎ しいたけ 果物 玉ねぎ 人参 しめじ たけのこ チンゲン菜	米 ごま油 砂糖 片栗粉 じゃがいも	麦茶 せんべい	537 551	22.4 22.7
25 火	○	麦ご飯 果物 鮭のマヨネーズ焼き 青菜の磯和え そうめん汁	鮭 みそ のり かつお節 油揚げ	果物 トマト キャベツ 青菜 人参 玉ねぎ 人参 椎茸	米 押麦 マヨネーズ そうめん	麦茶 フルーツ入りゼリー	482 523	21.9 23.4
26 水	○	食パン 果物 キッズナゲット 伊豆きのごサラダ コーン豆乳スープ	鶏むね肉 鶏ひき肉 豆腐 ツナ わかめ 豆乳	果物 玉ねぎ 椎茸 エリンギ キャベツ コーン 玉ねぎ	食パン 片栗粉 油 油 砂糖	麦茶 おにぎり	525 575	22.8 24.5
27 木	○	麦ご飯 果物 魚のごま照り焼き 大豆の磯煮 みそ汁	カラスカレイ 大豆 ひじき 油揚げ わかめ みそ	果物 トマト 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 ココアクッキー	514 562	23.1 24.9
28 金	○	麦ご飯 果物 チンジャオロース 中華春雨サラダ コンソメスープ	豚もも肉 ロースハム ベーコン	果物 たけのこ 人参 ビーマン きゅうり 人参 青菜 しめじ	米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 メープルケーキ	504 547	19.2 20.0
29 土	○	ハヤシライス フライドポテト 枝豆 果物	豚もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん 枝豆 果物	米 ハヤシルウ じゃがいも 油	麦茶 かし	556 580	19.5 19.9



※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。
 ※ 栄養価は、お昼とおやつ合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。
 ※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。



1日分平均値	乳児	幼児
脂質	17.0	17.0
塩分	1.8	2.1