



# 令和5年度 9月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 1号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる	おおきくなる	げんきになる	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート		たべもの	たべもの	たべもの	
					さいろ	あか	みどり	
4日 月曜日	肉うどん		フチ白身フライ 白菜の塩昆布和え 梨	おかかおにぎり (米、かつお節 砂糖、醤油)	うどん、油、フチ白 身フライ	豚肉、塩昆布	玉ねぎ、ねぎ、白 菜、人参、梨	だし、醤油、みり ん、酒、塩
5日 火曜日	わかめご飯	さばの味噌煮	オクラのごま和え 春雨サラダ 豆腐とねぎのみそ汁、マスカットゼリー	いちご蒸しパン (ホットケーキの素、 いちごジャム、豆乳)	米、砂糖、ごま、春 雨、ごま油、マス カットゼリーの素	さば、味噌、豆腐	生姜、オクラ、人 参、きくらげ、ねぎ	炊き込みわかめ、醬 油、酒、みりん、 酢、塩、だし
6日 水曜日	創立記念日(休園)			サッポロポテト 源氏パイ				
7日 木曜日	ゆかりご飯	豚肉のすき焼き風 煮	南瓜ソテー 花野菜サラダ わかめと玉ねぎのみそ汁、白桃缶	ホットケーキ (ホットケーキの素、豆乳、 メープルシロップ、油)	米、砂糖、油	豚肉、焼き豆腐、わ かめ、味噌	ねぎ、白菜、南瓜、カ リ フラワー、ブロッコ リー、コーン、玉ねぎ、 白桃缶	ゆかり粉、醤油、酒、み りん、こしょう、塩、和 風ドレッシング、だし
8日 金曜日	菜飯	鶏の唐揚げ	ひじきとさつま揚げの煮物 切干大根ナムル 白菜の中華スープ、オレンジ	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、 砂糖)	米、片栗粉、油、砂 糖、ごま油	鶏肉、ひじき、さつ ま揚げ	生姜、人参、グリーン ピース、切干大根、ほうれん 草、白菜、えのき、オレ ンジ	菜めし、醤油、酒、 だし、みりん、酢、 中華あじ
11日 月曜日	カレーライス		ハムステーキ 海藻サラダ ぶどうジュース	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	じゃが芋、油、米	豚肉、ハムステ ーキ、海藻サラダ	人参、玉ねぎ、大 根、ぶどうジュース	カレールー、青シ ソドレッシング
12日 火曜日	わかめご飯	ぶりの照焼	高野豆腐の含め煮 スパゲティサラダ 白菜とねぎのみそ汁、みかん缶	スイートポテト (さつま芋、砂糖、豆乳)	米、砂糖、油、スパ ゲティ	ぶり、高野豆腐、味 噌	椎茸、人参、ミック スベジタブル、白 菜、ねぎ、みかん缶	炊き込みわかめ、醬油、 みりん、だし、エッグケ ア、塩、こしょう
14日 木曜日	菜飯	肉じゃが	ピーフンとツナの炒め物 切干大根サラダ 大根葉と麩のみそ汁、りんご	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、ホットケーキの素、 砂糖、油、きな粉、砂糖)	米、じゃが芋、糸こ んにやく、砂糖、 油、ピーフン、麩	豚肉、ツナ、味噌	玉ねぎ、人参、グリン ピース、黄ピーマン、 ピーマン、切干大根、胡 瓜、もやし、大根葉、り んご	菜めし、だし、醬 油、みりん、中華 味、塩、こしょう、 エッグケア
15日 金曜日	ゆかりご飯	白身魚のオーロラ ソースかけ	茄子の甘辛煮 わかめの青ジソサラダ 豆腐と小松菜のみそ汁、バナナ	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、 豆乳)	米、油、砂糖	ホキ、わかめ、豆 腐、味噌	揚げ茄子、絹さや、 キャベツ、コーン、 小松菜、バナナ	ゆかり粉、酒、ケチャ ップ、エッグケア、醤油、 みりん、青シソドレシ ング、だし
18日 月曜日	敬老の日							
19日 火曜日	わかめご飯	筑前煮	ミニコーンコロッケ 白菜と揚げの煮浸し 里芋とねぎのみそ汁、みかん缶	ごまクッキー (ホットケーキの素、すりごま、 油、砂糖、ごま)	米、糸こんにやく、 油、砂糖、ミニコ ーンコロッケ、里芋	鶏肉、油揚げ、かつ お節、味噌	レンコン、大根、人 参、ごぼう、絹さ や、白菜、ねぎ、み かん缶	炊き込みわかめ、醬 油、みりん、酒、だ し
20日 水曜日	お弁当日			ぱりんこ ベジたべる				
21日 木曜日	菜飯	アジの竜田揚げ	切干大根の煮物 ポテトサラダ 白菜と大根葉のみそ汁、りんご	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、 砂糖)	米、片栗粉、油、砂 糖、じゃが芋	あじ、油揚げ、味噌	生姜、切干大根、人参、 グリーンピース、ミック スベジタブル、白菜、大根 葉、りんご	菜めし、醤油、酒、 みりん、エッグケ ア、塩、こしょう、 だし
22日 金曜日	ゆかりご飯	豚のチンジャオ ロース風	キャベツの和風サラダ チンゲン菜ナムル わかめスープ、黄桃缶	鬼まんじゅう (ホットケーキの素、さつま芋、 砂糖、豆乳、塩)	米、ごま油、砂糖	豚肉、ツナ、わかめ	ハフリカ、玉ねぎ、人 参、竹の子、キャベツ、 チンゲン菜、もやし、ね ぎ、黄桃缶	ゆかり粉、醤油、酒、 塩、こしょう、和風ド レッシング、酢、中華味
25日 月曜日	ミートスパゲティ		フライドポテト 小松菜の和え物 コンソメスープ、みかん缶	五平餅 (米、水、ごま、味噌、砂糖、 醤油、片栗粉)	スパゲティ、油、砂 糖、フライドポテト	合挽ミンチ肉	トマト缶、玉ねぎ、人 参、グリーンピース、小松 菜、切干大根、白菜、み かん缶	ケチャップ、コンソ メ、塩、こしょう、 だし、醤油
26日 火曜日	ひじきご飯	鶏肉の マヨパン粉焼き	ツナじゃが煮 もやしと胡瓜の和え物 大根とねぎのみそ汁、ぶどうゼリー	メープルかぼちゃケーキ (ホットケーキの素、かぼちゃ、 メープルシロップ、砂糖、油、豆乳)	米、砂糖、パン粉、 油、じゃが芋、ぶど うゼリーの素	ひじき、油揚げ、鶏 肉、ツナ、味噌	人参、絹さや、もやし、 し、胡瓜、大根、ね ぎ	醤油、酒、塩、こ しょう、エッグケ ア、パセリ粉、だ し、みりん
27日 水曜日	お弁当日			ぼたぼた焼き サッポロポテト				
28日 木曜日	お弁当日			ぱりんこ ベジたべる				
29日 金曜日	ゆかりご飯	厚揚げと野菜の おかか炒め	大根の煮物 マカロニサラダ わかめと麩のみそ汁、りんご	つぶつぶみかんゼリー (オレンジゼリーの素、水、 みかん缶)	米、油、砂糖、マカ ロニ、麩	絹厚揚げ、豚肉、か つお節、油揚げ、わ かめ	キャベツ、人参、大 根、絹さや、胡瓜、 りんご	ゆかり粉、だし、醤油、 酒、みりん、エッグ ケア、塩、こしょう

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



# 令和5年度 9月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 2号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいころ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 金曜日	お弁当日			星たべよ きなこ餅				
2日 土曜日	鶏丼	コーンサラダ みかん缶		ベジたべる (ベジたべる) 牛乳	米、油、砂糖	鶏肉	玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ、胡瓜、コーン、みかん缶	醤油、酒、エッグケア、塩、こしょう
4日 月曜日	肉うどん	フチ白身フライ 白菜の塩昆布和え 梨		おかかおにぎり (米、かつお節 砂糖、醤油)	うどん、油、フチ白身フライ	豚肉、塩昆布	玉ねぎ、ねぎ、白菜、人参、梨	だし、醤油、みりん、酒、塩
5日 火曜日	わかめご飯	さばの味噌煮	オクラのごま和え 春雨サラダ 豆腐とねぎのすまし汁、マスカットゼリー	いちご蒸しパン (ホットケーキの素、いちごジャム、豆乳)	米、砂糖、ごま、春雨、ごま油、マスカットゼリーの素	さば、味噌、豆腐	生姜、オクラ、人参、きくらげ、ねぎ	炊き込みわかめ、醤油、酒、みりん、酢、塩、だし
6日 水曜日	お弁当日			サッポロポテト 源氏パイ				
7日 木曜日	ゆかりご飯	豚肉のすき焼き風煮	南瓜ソテー 花野菜サラダ わかめと玉ねぎのみそ汁、白桃缶	ホットケーキ (ホットケーキの素、豆乳、メープルシロップ、油)	米、砂糖、油	豚肉、焼き豆腐、わかめ、味噌	ねぎ、白菜、南瓜、カリフラワー、ブロッコリー、コーン、玉ねぎ、白桃缶	ゆかり粉、醤油、酒、みりん、こしょう、塩、和風ドレッシング、だし
8日 金曜日	菜飯	鶏の唐揚げ	ひじきとさつま揚げの煮物 切干大根ナムル 白菜の中華スープ、オレンジ	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、砂糖)	米、片栗粉、油、砂糖、ごま油	鶏肉、ひじき、さつま揚げ	生姜、人参、グリーンピース、切干大根、ほうろん草、白菜、えのき、オレンジ	菜めし、醤油、酒、だし、みりん、酢、中華あじ
9日 土曜日	ツナチャーハン			星たべよ ぼたぼた焼き 牛乳	米、油	ツナ	ねぎ、玉ねぎ、コーン、もやし、胡瓜、黄桃缶	中華あじ、醤油、塩、こしょう、ゆかり粉
11日 月曜日	カレーライス			お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	じゃが芋、油、米	豚肉、ハムステーキ、海藻サラダ	人参、玉ねぎ、大根、ぶどうジュース	カレールー、青シソドレッシング
12日 火曜日	わかめご飯	ぶりの照焼	高野豆腐の含め煮 スパゲティサラダ 白菜とねぎのみそ汁、みかん缶	スイートポテト (さつま芋、砂糖、豆乳)	米、砂糖、油、スパゲティ	ぶり、高野豆腐、味噌	椎茸、人参、ミックスペンタブル、白菜、ねぎ、みかん缶	炊き込みわかめ、醤油、みりん、だし、エッグケア、塩、こしょう
13日 水曜日	焼肉丼			お好み焼き(おやつ) (キャベツ、小麦粉、ねぎ、ウスターソース、ケチャップ)	米、砂糖、ごま油、野菜コロッケ、油、ストロベリーゼリーの素	豚肉、かつお節、わかめ	キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、生姜、にんにく、ブロッコリー、えのき	醤油、みりん、酒、塩、だし
14日 木曜日	菜飯	肉じゃが	ピーフンとツナの炒め物 切干大根サラダ 大根葉と麩のみそ汁、りんご	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、ホットケーキの素、砂糖、油、きな粉、砂糖)	米、じゃが芋、糸こんにゃく、砂糖、油、ピーフン、麩	豚肉、ツナ、味噌	玉ねぎ、人参、グリーンピース、黄ピーマン、ピーマン、切干大根、胡瓜、もやし、大根葉、りんご	菜めし、だし、醤油、みりん、中華味、塩、こしょう、エッグケア
15日 金曜日	ゆかりご飯	白身魚のオーロラソースかけ	茄子の甘辛煮 わかめの青じそサラダ 豆腐と小松菜のみそ汁、バナナ	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、豆乳)	米、油、砂糖	ホキ、わかめ、豆腐、味噌	揚げ茄子、絹さや、キャベツ、コーン、小松菜、バナナ	ゆかり粉、酒、ケチャップ、エッグケア、醤油、みりん、青シソドレッシング、だし
16日 土曜日	焼きそば			サッポロポテト (1才からのサッポロポテト) 牛乳	焼きそば、油、砂糖	豚肉、青のり粉	キャベツ、人参、ピーマン、レンコン、白桃缶	焼きそばソース、醤油、みりん
18日 月曜日	敬老の日							
19日 火曜日	わかめご飯	筑前煮	ミニコーンコロッケ 白菜と揚げの煮浸し 里芋とねぎのみそ汁、みかん缶	ごまクッキー (ホットケーキの素、すりごま、油、砂糖、ごま)	米、糸こんにゃく、油、砂糖、ミニコーンコロッケ、里芋	鶏肉、油揚げ、かつお節、味噌	レンコン、大根、人参、ごぼう、絹さや、白菜、ねぎ、みかん缶	炊き込みわかめ、醤油、みりん、酒、だし
20日 水曜日	お弁当日			ぼりんこ ベジたべる				
21日 木曜日	菜飯	アジの竜田揚げ	切干大根の煮物 ポテトサラダ 白菜と大根葉のみそ汁、りんご	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、砂糖)	米、片栗粉、油、砂糖、じゃが芋	あじ、油揚げ、味噌	生姜、切干大根、人参、グリーンピース、ミックスペンタブル、白菜、大根葉、りんご	菜めし、醤油、酒、みりん、エッグケア、塩、こしょう、だし
22日 金曜日	ゆかりご飯	豚のチンジャオロース風	キャベツの和風サラダ チンゲン菜ナムル わかめスープ、黄桃缶	鬼まんじゅう (ホットケーキの素、さつま芋、砂糖、豆乳、塩)	米、ごま油、砂糖	豚肉、ツナ、わかめ	パプリカ、玉ねぎ、人参、竹の子、キャベツ、チンゲン菜、もやし、ねぎ、黄桃缶	ゆかり粉、醤油、酒、塩、こしょう、和風ドレッシング、酢、中華味
23日 土曜日	秋分の日							
25日 月曜日	ミートスパゲティ			五平餅 (米、水、ごま、味噌、砂糖、醤油、片栗粉)	スパゲティ、油、砂糖、フライドポテト	合挽ミンチ肉	トマト缶、玉ねぎ、人参、グリーンピース、小松菜、切干大根、白菜、みかん缶	ケチャップ、コンソメ、塩、こしょう、だし、醤油
26日 火曜日	ひじきご飯	鶏肉のマヨパン粉焼き	ツナじゃが煮 もやしと胡瓜の和え物 大根とねぎのみそ汁、ぶどうゼリー	メープルかぼちゃケーキ (ホットケーキの素、かぼちゃ、メープルシロップ、砂糖、油、豆乳)	米、砂糖、パン粉、油、じゃが芋、ぶどうゼリーの素	ひじき、油揚げ、鶏肉、ツナ、味噌	人参、絹さや、もやし、胡瓜、大根、ねぎ	醤油、酒、塩、こしょう、エッグケア、パセリ粉、だし、みりん
27日 水曜日	お弁当日			ぼたぼた焼き サッポロポテト				
28日 木曜日	お弁当日			ぼりんこ ベジたべる				
29日 金曜日	ゆかりご飯	厚揚げと野菜のおかか炒め	大根の煮物 マカロニサラダ わかめと麩のすまし汁、りんご	つぶつぶみかんゼリー (オレンジゼリーの素、水、みかん缶)	米、油、砂糖、マカロニ、麩	絹厚揚げ、豚肉、かつお節、油揚げ、わかめ	キャベツ、人参、大根、絹さや、胡瓜、りんご	ゆかり粉、だし、醤油、酒、みりん、エッグケア、塩、こしょう
30日 土曜日	そぼろごはん			ぼたぼた焼き きなこ餅 牛乳	米、砂糖、さつま芋	鶏ミンチ肉	玉ねぎ、ミックスペンタブル、枝豆、みかん缶	醤油、酒、みりん

※材料の都合により献立を変更する場合があります。