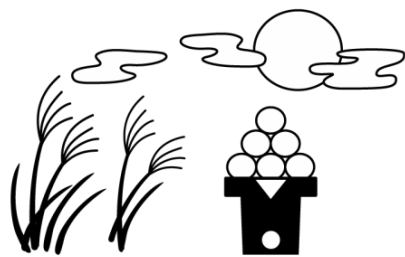


9月 給食献立(乳児・幼児食)



今月の平均給与栄養量				
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
1~2歳児	511kcal	19.7g	16.8g	1.4g
3~5歳児	534kcal	20.3g	15.6g	1.7g

2022年度 ココアンジュ新家

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
15	木	牛乳 バナナ	ご飯 高野豆腐のナゲット 小松菜の和え物 わかめの味噌汁	牛乳 フルーチェ(ピーチ)	高野豆腐 鶏ミンチ・木綿豆腐 ちくわ・味噌 牛乳	玉ねぎ・しょうが ケチャップ 小松菜・人参 わかめ・コーン	米・小麦粉・片栗粉 みりん・塩・しょうゆ 植物油・上白糖 フルーチェ(ピーチ)
16	金	牛乳 満月ポン	ご飯 ぶりの塩焼き 白菜とさつま揚げの和え物 かき玉汁	牛乳 マカロニのラザニア風	ぶり・さつま揚げ 鶏卵・牛乳 合挽きミンチ コンソメ・チーズ	レモン ブロッコリー・白菜 人参・玉ねぎ みつば・ケチャップ	米 塩・しょうゆ 上白糖 マカロニ
17	土	牛乳 ぱりんこ	焼肉丼 中華スープ	お茶 味しらべ ニコニコゼリー	牛肉 絹ごし豆腐 チキンスープ 牛乳	キャベツ 人参 もやし・ピーマン 玉ねぎ・にら	米・菜種油・しょうゆ 塩・上白糖 ごま油・ぱりんこ 味しらべ・ニコニコゼリー
5	月	牛乳 サラダせん	ご飯 鶏のねぎ塩レモン焼き チンゲン菜の錦糸和え 大根の味噌汁	牛乳 ふのラスク	鶏肉 錦糸玉子 ちりめんじゃこ 味噌・牛乳	レモン果汁 玉ねぎ・ねぎ 人参・チンゲン菜 大根・わかめ	米・酒 塩・菜種油 しょうゆ・上白糖 麩・マーガリン
20	火	牛乳 野菜クラッカー	ご飯 白身魚フライ キャベツのサラダ コンソメスープ	牛乳 ブルーベリー ヨーグルト	たら コンソメ 牛乳 ヨーグルト	トマト キャベツ・きゅうり コーン・玉ねぎ 人参・パセリ	米・塩・小麦粉・パン粉 タルタルソース・植物油 ごまだれ・上白糖 ブルーベリージャム
21	水	牛乳 醤油せんべい	秋野菜カレー ブロッコリーサラダ パイン缶	牛乳 きな粉サブレ	豚ミンチ ツナ 牛乳 きな粉	かぼちゃ・しめじ・人参 玉ねぎ・グリーンピース ブロッコリー コーン・パイン缶	米・さつま芋 カレールー・菜種油 和風ドレッシング 小麦粉・片栗粉・上白糖
22	木	牛乳 オレンジ	ご飯 肉じゃが 白菜の甘酢和え 豆腐の味噌汁	牛乳 ぶどうジュースゼリー	牛肉・揚げ 絹ごし豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 グリーンピース 白菜・わかめ ねぎ・オレンジ	米・じゃが芋・糸こんにゃく しょうゆ・菜種油 上白糖・みりん・酢 アガー・ぶどうジュース
9	金	牛乳 味しらべ	○お月見メニュー● きのこご飯 鶏つくねバーグ インゲンのごま和え すまし汁	牛乳 ○お月見ぼてと○	鶏ミンチ 牛乳 木綿豆腐 チキンスープ	しめじ 干し椎茸・人参 玉ねぎ・しょうが インゲン わかめ・みつば	米・酒・パン粉 塩・しょうゆ・片栗粉 上白糖・みりん 麩・さつま芋・ごま メープルシロップ
24	土	牛乳 たべっこベイビー	ベーコンピラフ コンソメスープ	お茶 ぼたぼた焼き 野菜クラッカー	ベーコン コンソメ	玉ねぎ 人参 コーン・キャベツ しめじ・パセリ	米 塩 菜種油 野菜クラッカー・ぼたぼた焼き
26	月	牛乳 星たべよ	ご飯 チャプチェ 焼売 ほうれん草のスープ	牛乳 ココア蒸しパン	豚肉 チキンスープ 焼売 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン・干し椎茸 ほうれん草	米・春雨・しょうゆ ごま油・上白糖 塩・ココア・ごま ホットケーキミックス
27	火	牛乳 マリービスケット	ロールパン 鶏のクリーム煮 ブロッコリーのサラダ じゃが芋のスープ	牛乳 五平もち	鶏肉 スキムミルク コンソメ 味噌・牛乳	玉ねぎ・キャベツ・グリーンピース ブロッコリー・人参 パプリカ・コーン しめじ・パセリ	ロールパン・クリームシチュールー ごまだれ・塩 しょうゆ・じゃが芋 片栗粉・上白糖・米
28	水	牛乳 味しらべ	ご飯 厚揚げと豚肉の味噌炒め インゲンのごま和え わかめのすまし汁	牛乳 大学芋	厚揚げ 豚肉 味噌 かまぼこ・牛乳	キャベツ 玉ねぎ ピーマン・人参 インゲン・わかめ	米・酒・菜種油 片栗粉・ごま・上白糖 しょうゆ・塩・さつま芋 黒ごま・みりん・植物油

味覚について

味覚には「甘味」「酸味」「苦味」「塩味」「うま味」の5つがあり、本来は体によいものと害になるものを区別するために備わっている能力です。

苦味は「毒」、酸味は「腐敗」として感じるので、子どもにとっては苦手な味ですが、

成長とともにいろいろな味を受け入れられるようになっていきますよ。