



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 | 489kcal | 17.4g | 15.8g | 1.2g |
| 3~5歳児 | 509kcal | 18.3g | 14.6g | 1.6g |

2024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 |
| 2 30 | 月 | 牛乳 サラダせん | ご飯 鶏のねぎ塩レモン焼き インゲンのごま和え 味噌汁 | 牛乳 ココア蒸しパン | 鶏肉 ちくわ 味噌 牛乳 | レモン果汁・玉ねぎ ねぎ・人参 インゲン わかめ | 米・酒・塩・なたね油 しょうゆ・三温糖 ごま・ココア ホットケーキミックス |
| 3 | 火 | お茶 野菜クラッカー | ご飯 鯖の梅干し煮 ほうれん草の白和え 味噌汁 | お茶 いももち | さば 木綿豆腐 揚げ 味噌 | 梅干し・インゲン ほうれん草 人参・大根 ケチャップ | 米・しょうゆ・酒 三温糖・ごま しょうゆ・じゃが芋 片栗粉・塩 |
| 17 | 火 | お茶 野菜クラッカー | ○お月見メニュー● お月見ご飯 里芋の唐揚げ すまし汁 | お茶 ○お月見団子○ | 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 きな粉 | 玉ねぎ・人参・インゲン コーン・のり・にんにく しょうが・青のり わかめ・みつば | 米・しょうゆ・三温糖 酒・なたね油・片栗粉 里芋・めんつゆ・植物油 おつゆ麩・塩・白玉粉 |
| 4 18 | 水 | 牛乳 醤油せんべい | 秋野菜カレー キャベツのサラダ パイン缶 | 牛乳 マーマレードケーキ | 豚ミンチ ツナ 牛乳 鶏卵 | なす・しめじ・人参 玉ねぎ・キャベツ グリーンピース コーン・パイン缶 | 米・さつまいも・カレールー なたね油・和風ドレッシング 小麦粉・無塩バター 三温糖・マーマレード |
| 5 19 | 木 | 牛乳 味しらべ | ご飯 高野豆腐のナゲット 小松菜の和え物 味噌汁 | 牛乳 バナナヨーグルト | 高野豆腐・木綿豆腐 鶏ミンチ 味噌・牛乳 ヨーグルト | 玉ねぎ・しょうが ケチャップ・小松菜 人参・コーン・なめこ ねぎ・バナナ | 米・小麦粉・片栗粉 しょうゆ・みりん・塩 植物油・三温糖 コーンフレーク |
| 6 20 | 金 | 牛乳 バナナ | ロールパン 鶏のクリームシチュー ブロッコリーのサラダ ゼリー | 牛乳 五平もち | 鶏肉 コンソメ 牛乳 味噌 | 玉ねぎ・人参 グリーンピース ブロッコリー パプリカ・コーン | ロールパン・じゃが芋 クリームシチュールー・ごまだれ 青りんごゼリー・米 片栗粉・三温糖 |
| 7 21 | 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 サラダせん ニコニコゼリー | ベーコン コンソメ | 玉ねぎ・人参 コーン キャベツ パセリ | 米・なたね油 塩・じゃが芋 サラダせん ニコニコゼリー |
| 9 | 月 | 牛乳 星たべよ | ご飯 チャプチェ 焼売 中華スープ | 牛乳 さつまいも蒸しパン | 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・三温糖 ごま油・ごま・塩 さつまいも・小麦粉 |
| 10 24 | 火 | お茶 ぼたぼた焼 | ご飯 ひじきと野菜のつくね 切干大根と青菜の和え物 味噌汁 | お茶 ぶどうジュースゼリー | 鶏ミンチ 高野豆腐 味噌 | ひじき・えのき・にら しょうが・切干大根 チンゲン菜・人参 わかめ・玉ねぎ・ねぎ | 米・塩・片栗粉・三温糖 酒・みりん・しょうゆ なたね油・アガー ぶどうジュース |
| 11 25 | 水 | 牛乳 味しらべ | ご飯 厚揚げと豚肉の味噌炒め インゲンのじゃこ和え かき玉汁 | 牛乳 大学芋 | 厚揚げ・豚肉・味噌 ちりめんじゃこ 鶏卵 牛乳 | キャベツ・玉ねぎ ピーマン・人参 インゲン みつば | 米・酒・しょうゆ・なたね油 三温糖・片栗粉・塩 さつまいも・植物油 みりん・黒ごま |
| 12 26 | 木 | 牛乳 源氏パイ | ご飯 肉じゃが 白菜の甘酢和え 味噌汁 | 牛乳 ふのラスク | 牛肉・絹ごし豆腐 揚げ 味噌 牛乳 | 玉ねぎ・人参 グリーンピース 白菜・わかめ ねぎ | 米・じゃが芋・糸こんにゃく なたね油・しょうゆ 三温糖・みりん・酢 おつゆ麩・マーガリン |
| 13 27 | 金 | 牛乳 満月ポン | ご飯 鮭のタルタル焼き アスパラサラダ コンソメスープ | 牛乳 フルーチェ(ピーチ) | 鮭 コンソメ 牛乳 | 玉ねぎ・パセリ ブロッコリー アスパラ コーン・人参 | 米・塩・エッグケア 三温糖 酢・なたね油 フルーチェ(ピーチ) |
| 14 28 | 土 | 牛乳 ぱりんこ | 焼肉丼 中華スープ | お茶 きなこ餅せんべい アスパラガスビスケット | 牛肉 チキンスープ | キャベツ・人参 もやし・ピーマン 玉ねぎ にら | 米・なたね油・しょうゆ 塩・三温糖・ごま油 きなこ餅せんべい アスパラガスビスケット |



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、こ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。