



9月ココアンジュ新家献立表（幼児食・乳児食）



 の日はお誕生日会メニュー

日曜日 曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料
1 火	豚肉と野菜の五目炒め ウィンナー・ピーンズ ごはん スープ	豚肉 ウィンナー・大豆	玉ねぎ・太もやし・まいだけ・チンゲン菜 人参・ピーマン 黄ピーマン・パセリ	油・砂糖 米（国産） じゃが芋	醤油・本みりん・料理酒 コンソメ・トマトケチャップ コンソメ	星たべよ	星型せんべい	ごまごまクッキー 牛乳	小麦粉・マーガリン・砂糖 白ごま・黒ごま 牛乳
2 水	スープカレー【北海道】 大豆サラダ ごはん フルーツ（パイナップル）	鶏肉 大豆	人参・玉ねぎ・なす・オクラ・トマトソース きゅうり・キャベツ・赤ピーマン パイナップル（缶詰）	じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米（国産）	カレーフレーク・カレーパウダー・コンソメ 塩	野菜クラッカー	野菜クラッカー	お誕生日ケーキ（みかん） 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・卵・マーガリン・油 みかん(缶詰)・ホイップクリーム 牛乳
3 木	鶏肉の塩こうじ揚げ 彩りサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	にんにく・しょうが ほうれん草・コーン・人参 玉ねぎ・かぼちゃ・わかめ	小麦粉・でん粉・油 砂糖・油 米（国産）	塩こうじ 醤油・酢 だし	アスパラガスのソフトせんべい	ソフトせんべい	ピーチゼリー	ピーチゼリーの素
4 金	サバの旨煮 白菜とブロッコリーのごま和え ごはん 味噌汁	さば 赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・ブロッコリー・人参 なす・小松菜	砂糖 白ごま 米（国産） おつゆ麴	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	やわらかおかき	やわらかおかき（のり塩味）	チーズスティックパン 牛乳	食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用) 粉チーズ 牛乳
5 土	三色丼 味噌汁	豚ひき肉 豆腐・赤みそ・白みそ	コーン・さやいんげん 大根・まいだけ	米（国産）・砂糖・油	醤油・本みりん・塩・だし だし	アスパラガスビスケット	アスパラガスビスケット	ほたほた焼	ほたほた焼き
7 月	まぐろフライ ブロッコリーサラダ ごはん 味噌汁	まぐろカツ 油揚げ・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・人参・キャベツ・コーン・レモン果汁 ほうれん草	油 砂糖・オリーブ油 米（国産） さつま芋	酢・塩・醤油 だし	あげせんべい	揚げせんべい	マシュマロサンド 牛乳	クラッカー マシュマロ 牛乳
8 火	厚揚げときのこのうどん ひじきごはん フルーツ（黄桃）	生揚げ 鶏肉	えのきだけ・しめじ・人参・青ねぎ・だし昆布 ひじき・グリーンピース 黄桃(缶詰)	うどん 米（国産）	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・料理酒・だし	星たべよ	星型せんべい	ぶどうかん	寒天・ぶどうジュース 砂糖
9 水	豚肉と卵のおかか炒め もやしのさっぱり和え ごはん 味噌汁	豚肉・卵・かつお節 赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・ピーマン・干しいたけ 太もやし・きゅうり・わかめ なす・玉ねぎ・小松菜	油・砂糖 砂糖 米（国産）	醤油・本みりん・料理酒 酢・醤油・本みりん だし	野菜クラッカー	野菜クラッカー	ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・牛乳・いちごジャム 牛乳
10 木	赤魚の照焼 なす田楽 ごはん すまし汁	赤魚 赤みそ 豆腐	なす ほうれん草	砂糖・油 油・砂糖 米（国産） おつゆ麴	醤油・本みりん 本みりん・だし だし・醤油・塩	アスパラガスのソフトせんべい	ソフトせんべい	れんこんチップス 牛乳	れんこん・油・塩 コンソメ・あおさのり 牛乳
11 金	コック・オーヴァン【フランス】 マゼドナサラダ ローレルパン ジュリエヌスープ	鶏肉	玉ねぎ・にんにく・ドライパセリ 人参・グリーンアスパラガス 大根・人参・ピーマン	小麦粉・油・オリーブ油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) NEGイエローロール	塩・赤ワイン・デミグラスソース・コンソメ 塩 コンソメ	やわらかおかき	やわらかおかき（のり塩味）	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー マーガリン・卵・砂糖 牛乳
12 土	豚丼 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ わかめ・えのきだけ・白菜	米（国産）・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	アスパラガスビスケット	アスパラガスビスケット	ばかうけ	ばかうけ（黒のりしょうゆ）
14 月	ハムとほうれん草のオムレツ しらすとブロッコリーのサラダ ごはん 味噌汁	卵・牛乳・ハム しらす 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草 ブロッコリー・人参・コーン 大根・しめじ	油 油・砂糖 米（国産） 巻麴	塩・コンソメ・トマトケチャップ 醤油・酢 だし	あげせんべい	揚げせんべい	ごぼうドーナツ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・牛乳・ごぼう マーガリン・油 牛乳
15 火	鶏肉のあおさ焼 ちくわとチンゲン菜の煮浸し ごはん 味噌汁	鶏肉 ちくわ 油揚げ・赤みそ・白みそ	あおさのり チンゲン菜・キャベツ 玉ねぎ	砂糖・油 砂糖 米（国産） さつま芋	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	星たべよ	星型せんべい	きなこ豆腐蒲しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉 砂糖・豆乳・油 牛乳
16 水	白身魚の中華みそ煮 小松菜のそぼろ炒め ごはん 中華スープ	ホキ・テンメシジャン 鶏ひき肉	しょうが 小松菜・玉ねぎ・人参 白菜・わかめ	小麦粉・砂糖 ごま油 米（国産） じゃが芋	醤油・本みりん・料理酒 鶏がらスープ 鶏がらスープ	野菜クラッカー	野菜クラッカー	黒糖ちんすこう 牛乳	小麦粉・油・黒砂糖 砂糖・塩 牛乳
17 木	鶏肉のカレー風味焼 いんげんともやしの塩昆布和え ごはん 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	さやいんげん・太もやし・人参・塩昆布 なす・かぼちゃ・チンゲン菜	小麦粉・油 米（国産）	塩・カレーパウダー・トマトケチャップ だし	アスパラガスのソフトせんべい	ソフトせんべい	オレンジゼリー	オレンジゼリーの素
18 金	なす入りスバゲティミートソース ブロッコリーサラダ コーンクリームスープ	牛豚ひき肉・粉チーズ ツナフレーク 牛乳	玉ねぎ・人参・なす・にんにく・ドライパセリ ブロッコリー・キャベツ・人参	スバゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)	ホワイト・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 塩 コーンクリームスープの素	やわらかおかき	やわらかおかき（のり塩味）	シュガーバイ 牛乳	パイシート グラニュー糖 牛乳
19 土	豆腐のふわふわ丼 味噌汁	鶏肉・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん 大根・わかめ・小松菜	米（国産）・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・だし だし	アスパラガスビスケット	アスパラガスビスケット	ほたほた焼	ほたほた焼き
24 木	ハンバーグ ちくわと野菜のソテー ごはん 味噌汁	ハンバーグ ちくわ 赤みそ・白みそ	ほうれん草・キャベツ・コーン・赤ピーマン わかめ	油 油 米（国産） 巻麴・じゃが芋	トマトケチャップ・ウスターソース コンソメ だし	アスパラガスのソフトせんべい	ソフトせんべい	パンナコッタ（みかん） 牛乳	ゼラチン・牛乳・砂糖 ホイップクリーム・みかん(缶詰)
25 金	お月見風うどん 里芋のコロコロ揚げ 赤しそごはん	鶏肉・かまぼこ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん 里芋・でん粉・油・砂糖 米（国産）	だし・醤油・本みりん・塩 酢・醤油 ゆかり	やわらかおかき	やわらかおかき（のり塩味）	さつま芋のお月見だんご 牛乳	さつま芋・でん粉 油・小倉あん 牛乳
26 土	ハヤシ丼 スープ	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 小松菜・キャベツ・コーン	米（国産）・油	ハヤシルウ・トマトケチャップ コンソメ	アスパラガスビスケット	アスパラガスビスケット	ばかうけ	ばかうけ（黒のりしょうゆ）
28 月	鶏肉の照焼 ひじきとごぼうのサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	ひじき・ごぼう・きゅうり・人参・コーン なす・小松菜	砂糖・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米（国産） 巻麴	醤油・本みりん 醤油 だし	あげせんべい	揚げせんべい	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
29 火	醤油ラーメン 大学芋 しらすチャーハン	豚肉 しらす	キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン・チンゲン菜 青ねぎ・人参・コーン	中華麺・油・ごま油 さつま芋・油・砂糖・黒ごま 米（国産）・油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 鶏がらスープ・塩・醤油	星たべよ	星型せんべい	お麴のラスク 牛乳	おつゆ麴・マーガリン 砂糖 牛乳
30 水	白身魚のチーズムニエル 大根サラダ ごはん 味噌汁	ホキ・粉チーズ 赤みそ・白みそ	大根・人参・さやいんげん なす・わかめ	小麦粉・油 油・砂糖 米（国産） じゃが芋	塩 醤油・酢 だし	野菜クラッカー	野菜クラッカー	大豆マフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆乳・大豆 牛乳

栄養価の平均（幼児食） エネルギー 534kcal たんぱく質 19.0g 脂質 17.9g カルシウム 171mg
栄養価の平均（乳児食） エネルギー 458kcal たんぱく質 15.4g 脂質 15.8g カルシウム 136mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください