

令和5年9月 新富のぞみ保育園給間食こんだて

指定日	こんだて名	おもな材料のはたらき			
		赤 群	黄 群	緑 群	
		体をつくるもとになる	エネルギーのもとになる	体の調子をととのえる	
給 食	1日	チキンスパソテー スープ、果物	鶏肉、豆腐、ウインナー	スパゲッティ、油	玉ねぎ、人参、ピーマン もやし、あさつき、果物
	2日、16日	冷し中華 チーズ	ロースハム、チーズ	中華そば、油、さとう、ごま油	人参、きゅうり
	4日	五目煮 さっぱり炒め	はんぺん、豚肉	じゃが芋、油、さとう、片栗粉	人参、大根、(冷)グリーンピース なす、ピーマン
	5日、29日	鶏肉のしょうが炒め 南瓜汁、果物	鶏肉、赤みそ	油	しょうが、玉ねぎ、人参 チンゲン菜、南瓜、なす、果物
	6日、19日	クリームシチュー、パン(19日) サラダ、果物(6日)	豚肉 スキムミルク(6日)	じゃが芋、油、上新粉、春雨 シチュールウ・パン(19日)	人参、玉ねぎ コーン缶、きゅうり、果物(6日)
	7日、21日	煮魚、みそ汁 じゃが芋の炒め煮	白身魚、豆腐、赤みそ	さとう、じゃが芋、油	しょうが、玉ねぎ、人参 さやいんげん、キャベツ、あさつき
	8日、22日	ツナの柳川風 切干大根のサラダ	ツナ缶、卵、乾燥わかめ	さとう、油	ごぼう、人参、玉ねぎ、小松菜 切干大根、きゅうり
	9日、30日	にゅうめん	鶏肉	冷麦	人参、しいたけ 小松菜、あさつき
	11日、25日	鶏のから揚げ ゆかりあえ、パン缶	鶏肉	片栗粉、油	にんにく、キャベツ、人参 もやし、パン缶
	13日、27日	豆腐の中華風炒め ツナのあえもの	豆腐、豚肉、ツナ缶	油、さとう、片栗粉、ごま油	人参、玉ねぎ、エリンギ、ねぎ チンゲン菜、きゅうり
	14日、28日	ポテトとコーンのスープ煮 トマトのごまあえ、果物	豚肉	じゃが芋、油、さとう、すりごま	人参、玉ねぎ、コーン缶 トマト、きゅうり、果物
	15日、26日	セロリのキーマカレー ドレッシングあえ	豚挽肉	油、上新粉、さとう	セロリ、玉ねぎ、人参、しょうが にんにく、キャベツ、きゅうり、みかん缶
	20日	中華風まぜごはん スープ	豚挽肉、豆腐	ごま油、さとう	しょうが、人参、エリンギ ねぎ、玉ねぎ、コーン缶
	誕生会12日	タコライス 豆腐とコーンのスープ、果物	豚挽肉、粉チーズ 豆腐	油	玉ねぎ、にんにく、キャベツ、人参 クリームコーン缶、あさつき、果物
間 食	1日	スイートポテト	牛乳	さつま芋 さとう バター	
	4日	ココアパンケーキ	牛乳	ホットケーキミックス 油 小麦粉 さとう バター	
	5日、29日	ポンデケージョ	無調整豆乳	ホットケーキミックス 油 さとう 白玉粉	
	6日	梅じそひじきごはん	ひじき	米	梅干 青じそ
	7日、21日	おはぎ	きな粉	米 もち米 さとう	
	8日、22日	お好み焼き	豚肉 花かつお 青のり	米粉 油 長芋	キャベツ あさつき
	11日、25日	オレンジゼリー チーズ	チーズ	さとう	100%オレンジジュース
	13日、27日	さつま芋蒸しパン	無調整豆乳	ホットケーキミックス さつま芋	
	14日	ホットケーキ	牛乳	ホットケーキミックス 油 小麦粉 さとう バター	
	15日、26日	甘辛豆腐団子	豆腐	上新粉 白玉粉 さとう	
	19日	おにぎり	焼きのり	米	
	20日	ムース 菓子		ムース 菓子	
	28日	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト	菓子	
	誕生会12日	アイスクリーム 菓子	アイスクリーム	菓子	

※ こんだては多少変更する場合があります。

※ 太字は主菜に含まれる食品です。