

令和6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	
		体をつくるものになる	エネルギーのものになる	体の調子をととのえる	
給 食	2日、30日	ツナの柳川風 さっぱり炒め	ツナ缶、卵、豚肉	さとう、片栗粉、油	ごぼう、人参、玉ねぎ、小松菜 なす、ピーマン
	3日、17日	豚肉のみそ炒め ナムル、果物	豚肉、赤みそ	油、さとう、すりごま、ごま油	玉ねぎ、キャベツ、人参 きゅうり、もやし、果物
	4日、18日	ラトウイユ じゃこ炒め	ベーコン、しらす干し	油、さとう	ズッキーニ、玉ねぎ、トマト なす、南瓜、チンゲン菜
	5日、19日	マーボー豆腐 ソテー	豆腐、豚挽肉、赤みそ	油、さとう、片栗粉	玉ねぎ、人参、チンゲン菜、ねぎ しょうが、コーン缶、キャベツ
	6日、20日	白身魚のカレーソース煮 スープ	白身魚、スキムミルク 乾燥わかめ	じゃが芋、油、上新粉	人参、玉ねぎ、えのき茸
	7日、21日	スープそば	豚肉	中華そば、油、片栗粉	人参、もやし、しいたけ 小松菜、ねぎ
	9日	煮魚 ひじきと生揚の煮物、果物	白身魚、ひじき、生揚	さとう、じゃが芋、油	しょうが、人参、さやいんげん 果物
	10日	豆腐の中華風炒め 切干大根のサラダ	豚肉、豆腐、ひじき	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、切干大根、きゅうり
	11日、24日	ヘルシーチキンナゲット いそあえ、パイン缶	鶏挽肉、おから、豆腐 刻みのり	片栗粉、油	玉ねぎ、キャベツ、人参 小松菜、パイン缶
	12日、26日	ポテトとコーンのスープ煮 トマトのあえもの、パン	豚肉、ツナ缶	じゃが芋、油、さとう、パン	人参、玉ねぎ、コーン缶 トマト、きゅうり
	13日、27日	たきこみごはん 南瓜汁、果物(13日)	鶏肉、油揚、赤みそ	油	人参、しめじ、(冷)グリーンピース 南瓜、なす、果物(13日)
	14日、28日	五目うどん、チーズ	豚肉、油揚、チーズ	干めん	人参、しいたけ、小松菜
誕生会 25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	2日、30日	のり塩ポテト	青のり	じゃが芋 油	
	3日、17日	豆乳ココアパンケーキ	無調整豆乳	ホットケーキミックス 小麦粉 さとう 油	
	4日、18日	いなりごはん	油揚	米 さとう	
	5日、19日	さつま芋蒸しパン	無調整豆乳	米粉ホットケーキミックス さつま芋	
	6日、20日	フルーツミックス 菓子		菓子	もも缶 パイン缶 みかん缶
	9日	パンナコッタいちごソース	牛乳 生クリーム	いちごジャム さとう	
	10日	マフィン	豆乳	米粉 さとう 油 メープルシロップ	
	11日、24日	りんごゼリー チーズ	チーズ	さとう	100%りんごジュース
	12日、26日	おかかバターおにぎり	花かつお	米 バター	
	13日	チヂミ	しらす干し	米粉 片栗粉 ごま油	玉ねぎ には
	27日	プリン 菓子		プリン 菓子	
	誕生会 25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。