令和7年

9月

保育所給間食こんだて

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	エネルギーのもとになる	体の調子をととのえる	
給 食	1日、22日	生揚と豚肉のみそ炒め ドレッシングあえ	生揚、豚肉、赤みそ わかめ	油、さとう	人参、キャベツ、チンゲン菜 きゅうり、みかん缶
	2日、19日	魚のカレー揚げ ゆかりあえ、パイン缶	メカジキ	片栗粉、油	キャベツ、人参、もやし パイン缶
	3日、16日	ポテトとコーンのスープ煮 トマトのあえもの	鶏肉、ツナ缶	じゃが芋、油、さとう	人参、玉ねぎ、コーン缶 パセリ、トマト、きゅうり
	4日、18日	中華風スープ さつま芋の煮物	豚肉、豆腐	片栗粉、ごま油、さつま芋	しょうが、人参、白菜、しいたけ
	5日、17日	生揚と小松菜の炒め煮 切干大根のごま酢あえ	生揚、豚肉 ひじき、しらす干し	油、片栗粉 さとう、すりごま、ごま油	人参、エリンギ、小松菜 玉ねぎ、切干大根
	6日、20日	そうめん、チーズ	チーズ	そうめん	干しいたけ、トマト、みかん缶 ほうれん草
	8日、24日	たきこみごはん 南瓜汁、りんご	鶏肉、焼ちくわ、油揚 赤みそ	油	人参、しめじ、さやいんげん 南瓜、なす、玉ねぎ、りんご
	9日、29日	豚肉のしょうが炒め すまし汁	豚肉、豆腐、わかめ	油	しょうが、玉ねぎ、人参 キャベツ、えのき茸
	10日、30日	ラトウイユ ソテー、梨	ベーコン	油、さとう、ごま油	ズッキーニ、玉ねぎ、トマト、なす 南瓜、コーン缶、キャベツ、梨
	11日	ツナとごぼうの炒め煮 さっぱり炒め	ツナ缶、豚肉	さとう、片栗粉、ごま油	ごぼう、人参、玉ねぎ、水菜 なす、ピーマン
	12日、26日	照焼 ひじきとじゃが芋の炒め煮	メカジキ、ひじき	さとう、じゃが芋、油	しょうが、人参、(冷)グリーンピース
	13日	おにぎり	焼きのり、鮭、昆布	ごま	
	27日	惣菜パン	卵、ツナ缶	食パン、マヨネーズ マーガリン	
	誕生会 25日	タコライス 豆腐とコーンのスープ、梨	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、梨

間 食	1日、22日	梨、米粉クッキー		米粉クッキー	梨
	2日、19日	じゃが芋田楽	赤みそ	じゃが芋 片栗粉 油 さとう	
	3日	お好み焼き	豚挽肉 青のり 花かつお	お好み焼き粉 米粉 油	キャベツ あさつき
	4日、18日	さけごはん	鮭フレーク 青のり	米	
	5日、17日	りんごゼリー、菓子		りんごゼリー 菓子	
	6日、13日、20日、27日	菓子		菓子	
	8日、24日	甘辛豆腐団子	豆腐	米粉 白玉粉 さとう	
	9日	りんごタルト (●・●はバナナスティックケーキ)		りんごタルト (バナナスティックケーキ)	
	10日、30日	おはぎ	きな粉	米 もち米 さとう	
	11日	チーズ蒸しパン	クリームチーズ 牛乳	米粉 タピオカ粉 さとう	
	12日、26日	ヨーグルト、菓子	ヨーグルト	菓子	
	16日	紅茶ケーキ	牛乳	米粉 タピオカ粉 紅茶パック 砂糖 油 コーンスターチ りんごジャム	
	誕生会 25日	アイスクリーム、菓子 (●はゼリー)	アイスクリーム	菓子(●はゼリー)	
	29日	いちごクレープ (●・●はバナナスティックケーキ)		いちごクレープ (バナナスティックケーキ)	

※ 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。