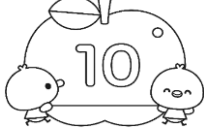


2024年

双葉ヶ丘幼稚園（幼稚園部）



〈調理担当〉  
中村 後藤  
南 高橋  
〈献立担当〉 橋本



日付	行事	献立	エネルギー (kcal)	材料名		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 火		豆腐と卵の中華スープ、シウマイ、ほうれん草の胡麻和え	119.4	砂糖、片栗粉、ごま油	しゅうまい、卵、木綿豆腐、ごま	ほうれん草、人参、クリームコーン、ねぎ
02 水	お弁当日 小運動会	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
03 木		オニオンスープ、照り焼きハンバーグ、ブロッコリーとコーンのソテー	159.9	砂糖、油、マーガリン、片栗粉	ミニハンバーグ	ブロッコリー、玉葱、コーン、人参
04 金	午前保育日 ※運動会準備のため	【軽食】ミニクリームパン、フィッシュサンド、牛乳	277.3	ロールパン、ミニクリームパン、油、マヨネーズ	牛乳、白身魚フライ	キャベツ
08 火	午前保育日 ※8(火)、9(水) 個人懇談のため	【軽食】ハムネーズパン、チョコパン、牛乳	247.3	ハムネーズパン、チョコパン	牛乳	
09 水		【軽食】からあげサンド、ミニクリームパン、牛乳	297.2	パン、マヨネーズ、ミニクリームパン	牛乳、チキン竜田	キャベツ
※10/9(水)は午前保育日のため「お弁当は要りません」。ご注意ください。						
10 木		★ かぼちゃシチュー、小魚の甘煮	190.7	じゃがいも、砂糖、油	牛乳、鶏もも肉、いわし、ごま、かつお節	玉葱、かぼちゃ、人参、グリーンピース
11 金		さつま芋のみそ汁、さばの塩焼き、切干大根のやわらか煮	137.8	さつまいも、砂糖	さば、味噌	人参、玉葱、しいたけ、しめじ、いんげん、切り干しだいこん、ねぎ
15 火		豆腐とわかめのすまし汁、ナゲット、ひじきの煮物	213.2	油、砂糖	チキンナゲット、木綿豆腐、ちくわ、油揚げ	玉葱、人参、ひじき、ねぎ、わかめ
16 水	お弁当日 ミュージカル公演	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
17 木		キャベツのみそ汁、肉じゃが	181.3	じゃがいも、しらたき、砂糖、油	豚肉、牛肉、味噌、油揚げ	玉葱、キャベツ、人参、いんげん、わかめ
18 金		★ ポークカレー、フルーツヨーグルト	209.2	じゃがいも、砂糖	プレーンヨーグルト、豚ひき肉	玉葱、もも、みかん、パイナップル、人参、バナナ、青ピーマン
21 月		★ ハヤシライス、フルーツポンチ	235.6	砂糖、油、片栗粉	牛肉	玉葱、人参、みかん、パイナップル、もも、バナナ、ホールトマト、マッシュルーム
22 火		キャベツとベーコンのスープ、野菜コロッケ&ポロネーゼ	201.8	野菜コロッケ、スパゲティ、油、砂糖	ベーコン、豚ひき肉、牛ひき肉	玉葱、キャベツ、コーン、人参
23 水	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
24 木		★ マーボー丼、きゅうりともやしのナムル	158.3	片栗粉、砂糖、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、味噌、ごま	胡瓜、玉葱、もやし、人参、ねぎ、しょうが
25 金	お誕生日会	★ ミネストローネ、チキンカツ、マカロニサラダ、お祝いデザート	360.6	ホットケーキ粉、じゃがいも、マカロニ、砂糖、マヨネーズ、油	チキンカツ、ホイップクリーム、ベーコン、ローストハム	胡瓜、玉葱、キャベツ、かぼちゃ、人参、コーン、ホールトマト
28 月		けんちん汁、鮭の塩焼き、白菜のゆかりあえ	116.7	さといも、砂糖	さけ、鶏もも肉、木綿豆腐、ゆかり	白菜、人参、大根、ごぼう、ねぎ
29 火		貝だくさんみそ汁、豚肉のしょうが焼き、バナナ	190.1	じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	豚肉、油揚げ、味噌	玉葱、バナナ、人参、大根、しいたけ、ねぎ
30 水	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
31 木		小松菜のみそ汁、さつま揚げ、かぼちゃのそぼろ煮	159.9	砂糖	さつま揚げ、鶏ひき肉、味噌、油揚げ	かぼちゃ、小松菜、人参、いんげん、ねぎ
11/1 金		えのきのすまし汁、さばの竜田揚げ、キャベツとかにかまの和え物	167.6	さばの竜田揚げ、油、砂糖	かにかまぼこ	キャベツ、玉葱、えのきたけ、人参、コーン、ねぎ

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

**さつま芋は  
栄養満点!**

さつま芋は栄養満点で食物繊維やビタミンなどが多く含まれており、便を促す作用や免疫力を高める効果があります。10月には、子どもたちが楽しみにしている「芋ほり」もあります。給食でもさつま芋を使ったメニューを用意しています。ご家庭でも子供たちと焼き芋を食べたり、さつま芋料理を作ってみてください。

