

令和4年9月のメニュー



きぞろ幼稚園

月		火		水		木		金			
5	夏野菜カレーライス (米・麦・豚肉・玉ねぎ・人参・なす・かぼちゃ・トマト・ズッキーニ・じゃが芋・カレールー) やみつききゅうり (きゅうり・ごま油) プルーン	6	ごはん かに玉 (卵・かにかまぼこ・万能ねぎ・片栗粉・ごま油) おひたし (ほうれん草・えのき・人参・かつお節) みそ汁 (油揚げ・じゃが芋・玉ねぎ・ひじき)	7	ごはん タンドリーチキン (鶏もも肉・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉) 五目煮豆 (大豆水煮・切り昆布・さつま揚げ・人参・ごぼう・こんにゃく・いんげん・れんこん) みそ汁 (えのき・ほうれん草)	8	ごはん 豚肉の南蛮漬け (豚肉・玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・片栗粉) 納豆和え (ひきわり納豆・小松菜・人参・モロヘイヤ・もやし・のり) みそ汁 (なす・切干大根・長ねぎ)	9	こぎつねごはん (米・油揚げ・人参・ごぼう・しめじ) さばの塩焼き(さば) 浅漬け (かぶ・きゅうり・人参・塩昆布) お月見おすまし (ふ・生しいたけ・かぶの葉・オクラ) 梨	 お弁当の日	
12	ごはん 豚肉となすのみそ炒め (豚肉・なす・玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・みそ・ごま油) さつま芋のレモン煮 (さつま芋・レモン汁) すまし汁 (えのき・はんぺん・ひじき)	13	ごはん 煮魚 (赤魚・しょうが) 厚揚げのチャンプルー (厚揚げ・もやし・人参・小松菜・キャベツ・しめじ・卵・かつお節) みそ汁 (ふ・大根・わかめ)	14	ごはん 鶏肉団子の甘酢あんかけ (鶏ひき肉・玉ねぎ・卵・パン粉・片栗粉) 五色和え(もやし・きゅうり・人参・切干大根・おかひじき・白ごま・ごま油) みそ汁 (白菜・油揚げ・長ねぎ)	15	ジャージャーうどん (ゆでうどん・豚ひき肉・レタス・きゅうり・トマト・もやし・卵・オクラ・長ねぎ・みそ・ごま油) バナナ	16	秋分の日		
19	敬老の日 	20	ごはん 八宝菜 (豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・竹の子・生しいたけ・もやし・なると・ごま油・片栗粉) 粉ふきいも(じゃが芋・青のり) みそ汁 (豆腐・小松菜)	21	ごはん 魚のカレー竜田揚げ (さわら・カレー粉・小麦粉) 春雨サラダ (春雨・きゅうり・人参・もやし・ひじき・切干大根・わかめ・ハム・ごま油) みそ汁 (青梗菜・なす)	22	三色ごはん (米・卵・鶏ひき肉・いんげん) 高野豆腐の煮物 (高野豆腐・人参・しめじ) ナムル (もやし・人参・小松菜・ズッキーニ・白ごま・ごま油) みそ汁 (モロヘイヤ・玉ねぎ)	23			秋分の日
26	スパゲッティツナソース (スパゲッティ・ツナ缶・玉ねぎ・人参・しめじ・トマト缶・ケチャップ) バンバンジーサラダ (鶏肉・レタス・きゅうり・人参・もやし・すりごま・ごま油・みそ) すまし汁 (えのき・水菜)	27	ごはん 肉じゃが (豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白滝・いんげん) 酢漬け (きゅうり・かぶ・人参) みそ汁 (大根・油揚げ・かぶの葉)	28	ごはん 鶏肉の昆布締め天ぷら (鶏肉・とろろ昆布・天ぷら粉) ごま和え (ほうれん草・もやし・人参・ひじき・すりごま) みそ汁 (豆腐・なめこ・万能ねぎ)	29	ロールパン スペイン風オムレツ (卵・玉ねぎ・しめじ・人参・赤パプリカ・ピーマン・じゃが芋・ベーコン・チーズ・片栗粉) コンソメスープ (キャベツ・ブロッコリー・人参・玉ねぎ) りんご	30	ごはん 白身魚のパン粉焼き (ホキ・パセリ・パン粉・粉チーズ・オリーブ油) 五目きんぴら (ごぼう・人参・れんこん・いんげん・つきこんにゃく・油揚げ・ごま油) みそ汁 (じゃが芋・ほうれん草・切干大根)		

●都合により食材料を変更することがありますのでご了承下さい。

★園の菜園で収穫した野菜を給食に出しました★
ミニトマト…7/11 野菜たっぷり夏マーボー
じゃがいも…7/12 ミネストローネ、7/13 みそ汁
ピーマン・なす…7/14 なすのみそ炒め