

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期 間： 令和6年09月01日(日)～ 令和6年09月30日(月)



管理(予定)	園長(予定)	責任(予定)	管理(実施)	園長(実施)	責任(実施)

	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
2	月	コーンコロケ・子魚入りお浸し・味噌汁(麩・小松菜)・梨・ごはん		豚ひき肉 生/鶏卵全卵 生/しらす干し 微乾燥品/かつお 加工品 削り節/いかなご 煮干し	じゃがいも 塊茎 生/薄力粉 1等/パン粉 乾燥/サラダ油 (揚げ用)/焼きふ 釜 焼きふ/水稲穀粒 精白米 うるち米	スイートコーン 缶詰 ホホカネ ｽﾀｲﾙ/たまねぎ りん茎 生/キャベツ 結球葉 生/こまつな 葉 生/日本なし 生	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ	384 11.8 11.9
3	火	松風焼き・さつまいものサラダ・味噌汁(玉葱・しめじ)・みかん缶・ごはん		鶏ひき肉 生/全粒国産 黄大豆 ゆで/鶏卵 全卵 生/ロースハム/いかなご 煮干し	車糖 三温糖/じゃがいもでん粉/ごまいり/さつまいも 塊根 皮むき 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生/たけのこ 水煮缶詰/乾しいたけ 乾/ほしひじき/きゅうり 果実 生/たまねぎ りん茎 生/ぶなしめじ 生/温州みかん 缶詰 果肉	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ/マヨネーズ 全卵型/精製塩 家庭用	456 19.3 14.3
4	水	肉団子のケチャップ和え・酢の物・コンソメスープ(もやし・小松菜)・パイン缶・ごはん		豚ひき肉 生/鶏卵全卵 生/かに風味かまぼこ/ベーコン	じゃがいもでん粉/調合油/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/ブラックマッペもやし 生/こまつな 葉 生/パインアップル 缶詰	こいくち しょうゆ/ トマトケチャップ/中濃ソース/米酢/固形ブイヨン/精製塩 家庭用/こしょう 黒粉	374 12.6 11.7
5	木	サバの味噌煮・春雨と野菜のソテー・けんちん汁・梨・ごはん		ますのすけ 焼き/若鶏肉 もも 皮つき 生/木綿豆腐	車糖 三温糖/はるさめ 普通はるさめ 乾/調合油/ごま油/さといも 球茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/乾しいたけ 乾/青ピーマン 果実 生/ごぼう 根 生/だいこん 根 皮つき 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/日本なし 生	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ/固形ブイヨン/だし汁/精製塩 家庭用	405 16.2 12.4
6	金	ささみフライ・若布サラダ・味噌汁(切干大根、油あげ)・柿・ごはん		若鶏肉 ささ身 生/鶏卵 全卵 生/油揚げ 生	薄力粉 1等/パン粉 乾燥/サラダ油(揚げ用)/水稲穀粒 精白米 うるち米	乾燥わかめ 素干し 水戻し/きゅうり 果実 生/スイートコーン 缶詰 ホホカネ ｽﾀｲﾙ/だいこん 切干し/だいこん 乾/かき 甘がき 生	中濃ソース/和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞﾀｲﾌﾟ ﾈｯﾄｲﾝ/煮干し だし/米みそ 淡色辛みそ	352 14.6 8.9
9	月	キーマカレー・福神漬け・大根サラダ・ゆでたまご・梨・ごはん		豚ひき肉 生/まぐろ 缶詰 油漬 ﾍﾞｰｸ ﾎｯﾄﾞ/鶏卵 全卵 生	調合油/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/しょうが 根茎 生/にんにく りん茎 生/グリーンピース 冷凍/だいこん 福神漬/だいこん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/日本なし 生	カレー粉/ トマトピューレー/ウスターソース/食塩/マヨネーズ 全卵型	438 18.4 21
10	火	豚肉しょうが焼き・胡麻ドレッシング和え・みそ汁(わかめ・長葱)・ぶどう・ごはん		ぶた こま切れ/いかなご 煮干し	調合油/水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/キャベツ 結球葉 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/根深ねぎ 葉 軟白 生/ぶどう 生	こいくち しょうゆ/ ごまﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ/米みそ 淡色辛みそ	309 15.2 7.2
11	水	煮魚・お浸し(ほうれん草・キャベツ・コーン)・豚汁・梨・ごはん		アラスカめぬけ 生/かつお 加工品 削り節/ぶた肉/木綿豆腐	車糖 上白糖/さといも 球茎 生/板こんにやく 精粉こんにやく/ごま油/水稲穀粒 精白米 うるち米	スイートコーン 缶詰 ホホカネ ｽﾀｲﾙ/ほうれんそう 葉 通年平均 生/キャベツ 結球葉 生/あまのり 焼きのり/ごぼう 根 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 根 皮つき 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/生しいたけ/日本なし 生	こいくち しょうゆ/ だし汁/米みそ 淡色辛みそ	304 15.9 5.2
12	木	ハンバーグ照り焼きソース・せん野菜の和風サラダ・かき玉汁・みかん缶・ごはん		豚ひき肉 生/脱脂粉乳/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/えび 加工品 干しえび/いかなご 煮干し	パン粉 乾燥/サラダ油/加工糖 粉糖/ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/だいこん 根 皮つき 生/あおのり 素干し/乾燥わかめ 素干し 水戻し/温州みかん 缶詰 果肉	塩・こしょう/うすくちしょうゆ/だし汁/こいくち しょうゆ/精製塩 家庭用	411 19.2 13.4

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
 食種名： 1号認定児
 期 間： 令和6年09月01日(日)～ 令和6年09月30日(月)

管理(予定)	園長(予定)	責任(予定)	管理(実施)	園長(実施)	責任(実施)

No.	日	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
13	金		☆郷土料理 さんが焼き(既製品可)・ウィンナーと卵の串刺し・すまし汁(はんぺん・ほうれん草)・柿・ごはん		まあじ 皮付 生/ウィンナーソーセージ/うずら卵 全卵 生/はんぺん/いかなご 煮干し	水稲穀粒 精白米 うるち米	しそ 葉 生/しょうが 根 茎 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/かき 甘がき 生	米みそ 淡色 辛みそ/こいくちしょうゆ/食塩	322 17.6 9
17	火		なすミートスパゲティ・お浸し(キャベツ・コーン)・コンソメスープ(もやし・小松菜)・梨・ごはん		豚ひき肉 生/乳肥牛肉 もも 脂身つき 生/パルメザンチーズ/かつお 加工品 削り節/ベーコン	マカロニ・スパゲティ 乾/サラダ油(揚げ用)/薄力粉 1等/調合油/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	なす 果実 生/たまねぎ りん 茎 生/にんじん 根 皮つき 生/にんにく りん 茎 生/キャベツ 結球 葉 生/スイートコーン 缶詰 缶詰/ブラックマッペもやし 生/こまつな 葉 生/日本なし 生	トマトケチャップ/トマトピューレー/ウスターソース/精製塩 家庭用/こいくちしょうゆ/固形ブイオン/こしょう 黒粉	508 16.7 13.1
18	水		炒り豆腐・胡瓜の即席漬け・トマト・味噌汁(いんげん・わかめ)・パイン缶・ごはん		豚ひき肉 生/木綿豆腐/鶏卵 全卵 生/いかなご 煮干し	車糖 上白糖/サラダ油/水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生/さやえんどう 若ざや 生/たまねぎ りん 茎 生/きゅうり 果実 生/トマト 果実 生/さやいんげん 若ざや 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/パイナップル 缶詰	こいくちしょうゆ/食塩/米みそ 淡色辛みそ	331 12.1 8.1
19	木		コーンとえびのかき揚げ・きゅうりの昆布あえ・味噌汁(かぶ・油揚げ)・キウイフルーツ・ごはん		むきえび(しばえび) /パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/油揚げ 生/いかなご 煮干し	薄力粉 1等/サラダ油(揚げ用)/水稲穀粒 精白米 うるち米	スイートコーン 缶詰 缶詰/にんじん 根 皮つき 生/たまねぎ りん 茎 生/パセリ 葉 生/きゅうり 果実 生/昆布つくだ煮/かぶ 根 皮つき 生/キウイフルーツ 緑肉種 生	精製塩 家庭用/米みそ 淡色辛みそ	335 12.5 7.9
20	金		鮭のムニエル・粉ふき芋・トマトサラダ・味噌汁(なめこ・葱)・ぶどう・ごはん		ぎんざけ 養殖 生/鶏卵 全卵 生/プロセスチーズ/いかなご 煮干し	薄力粉 1等/調合油/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん 茎 生/パセリ 葉 生/トマト 果実 生/きゅうり 果実 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/なめこ 生/ぶどう 生	精製塩 家庭用/マヨネーズ 全卵型/米酢/塩・こしょう/オリーブオイル/ドレッシング/米みそ 淡色辛みそ	447 19.2 17.7
24	火		焼肉・若布胡瓜コンドレッシング・味噌汁(ジャガイモ・玉ねぎ)・柿・ごはん		ぶた こま切れ/いかなご 煮干し	サラダ油/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根 茎 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/きゅうり 果実 生/スイートコーン 缶詰 缶詰/たまねぎ りん 茎 生/かき 甘がき 生	こいくちしょうゆ/ドレッシング/分離液状/米みそ 淡色辛みそ	335 15.2 7.8
25	水		ミートローフ・ブロッコリーのごま酢和え・スープ(ほうれんそう・なると)・パイン缶・ごはん		豚ひき肉 生/普通牛乳/鶏卵 全卵 生/焼き竹輪/なると	パン粉 乾燥/ごま車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん 茎 生/にんじん 根 皮つき 生/スイートコーン 缶詰 缶詰/グリーンピース 冷凍/ブロッコリー 花序 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/パイナップル 缶詰	塩・こしょう/トマトケチャップ/米酢/こいくちしょうゆ/固形ブイオン	374 17.1 11.4
26	木		鮭の塩焼き・野菜ソテー・味噌汁(あさり・わかめ・卵)・りんご・ごはん		ぎんざけ 養殖 生/あさり 水煮/鶏卵 全卵 生	無発酵バター 有塩/車糖 上白糖/じゃがいもでん粉/水稲穀粒 精白米 うるち米	キャベツ 結球 葉 生/にんじん 根 皮つき 生/ぶなしめじ 生/レモン 果汁 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/りんご 皮むき 生	食塩/米みそ 淡色辛みそ/精製塩 家庭用/固形ブイオン	317 14.6 8.3
27	金		カレー(厚揚げ)・福神漬け・ゆで野菜(もやしと青菜)・フルーツカクテル・ごはん		生揚げ/豚ひき肉 生	オリーブ油/無発酵バター 有塩/薄力粉 1等/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん 茎 生/にんじん 根 皮つき 生/にんにく りん 茎 生/しょうが 根 茎 生/だいこん 福神漬/ブラックマッペもやし 生/こまつな 葉 生/温州みかん 缶詰 果肉/パイナップル 缶詰/キウイフルーツ 緑肉種 生	カレー粉/固形ブイオン/こいくちしょうゆ/トマトケチャップ/精製塩 家庭用/食塩	394 13.9 13.7

予定献立表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
 食種名： 1号認定児
 期間： 令和6年09月01日(日)～ 令和6年09月30日(月)

管理(予定)	園長(予定)	責任(予定)	管理(実施)	園長(実施)	責任(実施)

	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
30月		鶏肉のマヨチーズ焼き・ブロッコリー・胡麻和え・すまし汁(ほうれん草・花麩)・オレンジ・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき生/プロセスチーズ/焼き竹輪/いかなご 煮干し	ごま いり/車糖 上白糖/焼きふ 釜焼きふ/水稻穀粒 精白米うるち米	たまねぎ りん茎 生/パセリ 葉 生/にんじん 根 皮つき 生/ブロッコリー 花序 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/キャベツ 結球葉 生/乾しいたけ 乾/ネーブル 砂じょう 生	マヨネーズ 全卵型/塩・こしょう/固形ブイヨン/こいくちしょうゆ/精製塩 家庭用	453 18.8 19

	各食品群の 目標摂取量 g	平均摂取量 (純使用量) g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	ナトリウム mg	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
											A μg	B1 mg	B2 mg	C mg		
合計			381	15.8	11.7	56.1	610	521	92	2.0	115	0.30	0.17	28	3.3	1.5
栄養素別摂取目標			0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
充足率			0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

☆世界の料理 郷土料理 ～千葉県 館山～



9月13日

今月は「やわたんまち」にちなんで、千葉県館山市の名産献立です。給食では「サンガ焼き」。
 新鮮な魚に味噌などを入れ、薬味とともに粘りが出るまで根気よく叩いた郷土料理「なめろう」をじっくりと焼くと「サンガ焼き」となります。サンガ焼きを美味しく作るコツはなめろうを作る際、十分に粘りを出すことです。
 すると、柔らかくフワリと焼き上がり、絶品の味になります。おやつでは「ごんじゅうおにぎり」。豚バラ肉と油揚げを甘辛く煮てご飯に混ぜたもので、館山地域で古くから食べられてきた郷土料理です。
 古くより、旧暦10月は全国の八百万(やおよろず)の神々が出雲の国に集まる月とされて、各地で神々が留守になるため「神無月」と言われています。
 安房国(現在の千葉県南部を占めた旧国名)の人々が、出雲を目指してお参りに出掛ける時に、安全を祈って食べたのが「ごんじゅう」だと言われています。
 現在では秋祭りである「やわたんまち」のお神輿担ぎの担ぎ手に振舞う慣習からおもてなし料理の一つとしても食べられるようになり、それぞれの家庭ごとに味が受け継がれています。
 そんな歴史ある料理をぜひ子ども達にも味わって欲しいと思います。

