



# 如意輪幼稚園R7年度9月献立表



## 注意事項

※食材の仕入れ状況に応じて献立が変更になる場合がございます。

※給食が午後おやつにいりこを提供いたします。

※**青字**はにこりん給食です。

※有機率90%以下のメニューは**赤字**でお知らせいたします。

有機率95%以上



有機率80%～94%



|      | 月曜日<br>1日                                                              | 火曜日<br>2日                                                          | 水曜日<br>3日      | 木曜日<br>4日                                                             | 金曜日<br>5日                                                                |
|------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 日付   | 1日                                                                     | 2日                                                                 | 3日             | 4日                                                                    | 5日                                                                       |
| 屋食   | わかめご飯 <b>いりこ</b><br>雑穀スープ<br>茄子の味噌炒め<br><b>青菜の胡麻麴和え</b><br>麦茶          | アマランサスご飯 <b>いりこ</b><br>ごぼうの味噌汁<br><b>ピーマン炒め</b><br>納豆和え<br>麦茶      | お家からのお弁当<br>麦茶 | ゆかりご飯 <b>いりこ</b><br>小豆とトマトの味噌汁<br><b>きんぴらごぼう</b><br>納豆和え<br>麦茶        | 大豆ご飯 <b>いりこ</b><br><b>きのこの味噌汁</b><br>青菜と豆腐の炒め物<br>納豆和え<br>麦茶             |
| おやつ  | トマト味噌おにぎり 麦茶                                                           | カレーピラフ 麦茶                                                          | 甘酒クラッカー 麦茶     | わかめおにぎり 麦茶                                                            | 胡麻かりんとう 麦茶                                                               |
| カロリー | 531 + 231 kcal                                                         | 343 + 253 kcal                                                     | 171 kcal       | 411 + 199 kcal                                                        | 397 + 94 kcal                                                            |
| 有機率  | 94.8%                                                                  | 92.1%                                                              | 96.1%          | 96.3%                                                                 | 92.9%                                                                    |
| 日付   | 8日                                                                     | 9日                                                                 | 10日            | 11日                                                                   | 12日                                                                      |
| 屋食   | 【満月】黒米小豆ごはん<br><b>五色の味噌汁 いりこ</b><br><b>切干大根の煮物</b><br>白和え<br>麦茶        | キヌアご飯 <b>いりこ</b><br>わかめスープ<br>茄子の味噌炒め<br>納豆和え<br>麦茶                | お家からのお弁当<br>麦茶 | <b>きのこご飯 いりこ</b><br><b>かぼちゃの味噌汁</b><br><b>ひじきの煮物</b><br>茄子の南蛮漬け<br>麦茶 | とうもろこしご飯 <b>いりこ</b><br>トマトと甘酒のスープ<br>茄子の重ね焼き<br>切干トマト味噌和え<br>麦茶          |
| おやつ  | 葛餅 麦茶                                                                  | 味噌ポテト 麦茶                                                           | じゃが芋のプリン 麦茶    | 米粉のマーラーカオ 麦茶                                                          | きな粉あめ 麦茶                                                                 |
| カロリー | 372 + 69 kcal                                                          | 463 + 62 kcal                                                      | 60 kcal        | 355 + 122 kcal                                                        | 569 + 98 kcal                                                            |
| 有機率  | 92.8%                                                                  | 96.1%                                                              | 98.9%          | 91.8%                                                                 | 96.2%                                                                    |
| 日付   | 15日                                                                    | 16日                                                                | 17日            | 18日                                                                   | 19日                                                                      |
| 屋食   | <b>敬老の日</b>                                                            | アマランサスご飯 <b>いりこ</b><br><b>春雨スープ</b><br><b>車麴のフライ</b><br>海藻和え<br>麦茶 | お家からのお弁当<br>麦茶 | ゆかりご飯 <b>いりこ</b><br><b>玉ねぎの味噌汁</b><br>青菜と豆腐の炒め物<br>納豆和え<br>麦茶         | 胡麻ご飯 <b>いりこ</b><br>小豆とトマトの味噌汁<br><b>春雨炒め</b><br><b>きゅうりと揚げの酢の物</b><br>麦茶 |
| おやつ  |                                                                        | トマト味噌おにぎり 麦茶                                                       | 胡麻ぜんざい 麦茶      | わかめおにぎり 麦茶                                                            | 味噌ポテト 麦茶                                                                 |
| カロリー |                                                                        | 481 + 231 kcal                                                     | 175 kcal       | 404 + 199 kcal                                                        | 392 + 62 kcal                                                            |
| 有機率  |                                                                        | 90.3%                                                              | 97.7%          | 96.4%                                                                 | 89.8%                                                                    |
| 日付   | 22日                                                                    | 23日                                                                | 24日            | 25日                                                                   | 26日                                                                      |
| 屋食   | 【新月】黒米小豆ごはん<br><b>五色の味噌汁 いりこ</b><br><b>切干大根の煮物</b><br>白和え<br>麦茶        | <b>秋分の日</b>                                                        | お家からのお弁当<br>麦茶 | <b>運動会予行練習のため</b><br>お家からのお弁当<br>麦茶                                   | 梅ご飯 <b>いりこ</b><br><b>ごぼうの味噌汁</b><br><b>ひじき煮</b><br><b>青菜の胡麻麴和え</b><br>麦茶 |
| おやつ  | おはぎ 麦茶                                                                 |                                                                    | おはぎ 麦茶         | 梅クッキー 麦茶                                                              | きな粉あめ 麦茶                                                                 |
| カロリー | 386 + 209 kcal                                                         |                                                                    | 184 kcal       | 116 kcal                                                              | 442 + 98 kcal                                                            |
| 有機率  | 93.7%                                                                  |                                                                    | 99.8%          | 97.8%                                                                 | 93.5%                                                                    |
| 日付   | 29日                                                                    | 30日                                                                |                |                                                                       |                                                                          |
| 屋食   | 黒米ご飯 <b>いりこ</b><br>キーマカレー<br><b>きのこのグリル</b><br><b>麴ドレッシングサラダ</b><br>麦茶 | 青菜ご飯 <b>いりこ</b><br><b>ごぼうの味噌汁</b><br><b>がんもどき</b><br>納豆和え<br>麦茶    |                |                                                                       |                                                                          |
| おやつ  | 杏仁豆腐 麦茶                                                                | 米粉のマーラーカオ 麦茶                                                       |                |                                                                       |                                                                          |
| カロリー | 476 + 47 kcal                                                          | 468 + 122 kcal                                                     |                |                                                                       |                                                                          |
| 有機率  | 91.1%                                                                  | 93.2%                                                              |                |                                                                       |                                                                          |