

★9月のこんだてひょう(中弁当)★

【ひかり幼稚園 御中】

月/日	献立名	エネルギー(kcal)	乳	エビ	小麦	そば	ピーナツ	卵	マヨネーズ
9/3 火曜日	コーンクリームコロッケ	379	含		含				
	五目しんじょ								
	ひじきの炒り煮								
	ポテトサラダ							含	含
	ぶどうのシロップ漬								
	おむすび								
9/4 水曜日	照焼チキン	401							
	かぼちゃの天ぷら		含		含			含	
	糸こんにゃくの金平								
	白菜のお浸し								
	大学芋								
	おむすび								
9/9 月曜日	牛丼	393							
	キャベツとベーコンのサラダ		含					含	含
	バナナ								
9/10 火曜日	春巻	376			含				
	ミートボール		含		含				
	マロニーの炒り煮								
	棒棒鶏サラダ				含				
	黄桃のシロップ漬								
	おむすび								
9/11 水曜日	デミソースハンバーグ	347			含			含	
	ハッシュドポテト								
	切干大根の煮物								
	小松菜のお浸し								
	りんご								
	おむすび								
9/13 金曜日	親子丼	308						含	
	ほうれん草のごま和え								
	りんご								

月/日	献立名	エネルギー(kcal)	乳	エビ	小麦	そば	ピーナツ	卵	マヨネーズ
9/17 火曜日	うさぎ型ハンバーグ	335							
	ブロッコリーの塩茹で								
	ペンネとじゃこの和風炒め					含			
	大根の青じそサラダ					含			
	みかんのシロップ漬								
	おむすび								
9/18 水曜日	揚げ餃子	394			含				
	花ソーセージ								
	回鍋肉		含						
	大根葉の山吹和え							含	
	オレンジ								
	おむすび								
9/20 金曜日	焼きそば	295			含				
	イカフライ				含				
	春雨の酢の物								
	バナナ								
9/24 火曜日	鶏肉の唐揚げ	392			含				
	つくね串		含		含			含	
	豚肉としめじのソテー		含						
	白木耳のお浸し								
	白桃のシロップ漬								
	おむすび								
9/25 水曜日	くわいとひじきの肉団子	385	含		含			含	
	北海扇フライ				含			含	
	豚肉の味噌炒め								
	胡瓜とわかめの酢の物								
	フルーツカクテル								
	おむすび								
9/27 金曜日	カレーライス	445			含				
	かぼちゃサラダ							含	含
	オレンジ								
9/30 月曜日	中華丼	350	含						
	白菜のツナサラダ							含	含
	梨								

〈注意〉

- ☆小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かにを使用している場合があります。
- ☆国産米を使用しています。
- ☆材料の都合上メニューを多少変更する場合がございます。あらかじめ、御了承下さい。
- ☆アレルギー表示の小麦は、調味料を表示していません。