



# 9月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき出雲郷保育園

|           | 献立名   | 材料名  | 朝おやつ（未満児） 午後おやつ（未満児・以上児）                              |
|-----------|---|--|---|
| 1<br>（月）  | ごはん<br>卵焼き<br>塩昆布和え<br>味噌汁      オレンジ  | 米<br>卵・ツナ・えのき・みつば・塩・薄口醤油・みりん・砂糖<br>キャベツ・もやし・人参・塩昆布<br>かぼちゃ・しらたき・玉葱・葱・味噌      オレンジ  | チーズ<br>ほろほろクッキー<br>（小麦粉・コーンスターチ・砂糖・無塩バター・粉糖）          |
| 2<br>（火）  | ごはん<br>筑前煮<br>おかか和え<br>味噌汁      バナナ   | 米<br>鶏肉・大豆・人参・大根・ごぼう・れんこん・干し椎茸・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油<br>小松菜・きゅうり・ちくわ・かつお節・醤油・砂糖<br>大根・なめこ・わかめ・味噌      バナナ   | ごまポッキー<br>もちもちココアパン<br>（白玉団子の粉・ココア・油・牛乳・砂糖）           |
| 3<br>（水）  | ごはん<br>かれのいのしそ焼き<br>味噌切り干し<br>すまし汁      オレンジ  | 米<br>かれい・しそ・醤油・酒・みりん・砂糖・醤油<br>切干大根・油揚げ・人参・醤油・味噌・砂糖・みりん<br>肉団子・玉葱・椎茸・みつば・塩・薄口醤油      オレンジ   | たまごボーロ<br>おからあんドーナツ<br>（ホットケーキ粉・おから・こしあん・砂糖・調製豆乳・揚げ油） |
| 4<br>（木）  | ごはん<br>豚肉の梅ソース炒め<br>なめたけ和え<br>味噌汁      バナナ  | 米<br>豚肉・チンゲン菜・玉葱・おろし生姜・梅干し・砂糖・醤油・油<br>キャベツ・もやし・きゅうり・なめたけ・醤油<br>厚揚げ・さつまいも・しめじ・葱・味噌      バナナ   | スティックビスケット<br>お好み焼き<br>（小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・お好みソース）       |
| 5<br>（金）  | ★誕生会<br>中華おこわ<br>鶏のりんごソースがけ<br>塩ナムル<br>つるつるスープ      梨   | 米・もち米・豚挽肉・人参・葱・ごま油・オイスターソース・醤油・酒・みりん・砂糖・塩<br>鶏肉・おろし生姜・酒・片栗粉・揚げ油・りんご・玉葱・砂糖・酢・醤油<br>ほうれん草・人参・切干大根・鶏がら・塩・醤油・ごま油・すりごま<br>豚挽肉・おろし生姜・油・ピーフン・玉葱・人参・白葱・鶏がら・薄口醤油・塩      梨 | ブルー<br>ココアケーキ<br>（上新粉・BP・ココア・じゃがいも・砂糖・油）              |
| 6<br>（土）  | 豚汁うどん<br>和え物      オレンジ  | ゆでうどん・豚肉・大根・玉葱・人参・ごぼう・白葱・ごま油・味噌・みりん<br>キャベツ・きゅうり・もやし・かつお節・醤油・砂糖      オレンジ  | ごまポッキー<br>おやつ   |
| 8<br>（月）  | ハヤシライス<br>スティックサラダ<br>チーズ      オレンジ   | 米・牛肉・じゃがいも・人参・玉葱・グリーンピース・マッシュルーム・ハヤシルウ・油<br>大根・きゅうり・かつお節・酢・砂糖・薄口醤油・油<br>スティックチーズ      オレンジ   | スティックビスケット<br>ヨーグルト                                   |
| 9<br>（火）  | 野菜ラーメン<br>サラダ<br>煮卵      バナナ  | 中華麺・豚バラ肉・玉葱・キャベツ・もやし・椎茸・ニラ・ごま油・醤油・コンソメ・中華だし・こしょう・酒<br>キャベツ・ちくわ・人参・もみのり・醤油・ごま・ごま油<br>卵・醤油・みりん・砂糖      バナナ   | チーズ<br>きなこおはぎ<br>（米・もち米・きな粉・砂糖・塩）                     |
| 10<br>（水） | ケチャップライス<br>さつまいもグラタン<br>ソテー<br>スープ      オレンジ   | 米・鶏肉・ミックスベジタブル・ケチャップ・バター・コンソメ<br>豚挽肉・さつまいも・玉葱・しめじ・コンソメ・パセリ・牛乳・小麦粉・バター・ピザチーズ・塩・こしょう・パン粉<br>ほうれん草・エリンギ・ベーコン・コーン・バター・醤油<br>人参・白菜・もやし・コンソメ      オレンジ                 | たまごボーロ<br>パイ<br>（パイシート・グラニュー糖）                        |
| 11<br>（木） | ごはん<br>さんまのかば焼き<br>納豆和え<br>味噌汁      りんご   | 米<br>さんま・小麦粉・揚げ油・酒・醤油・みりん・砂糖<br>鶏挽肉・おろし生姜・おろしにんにく・ごま油・小松菜・もやし・人参・焼きのり・醤油・ひきわり納豆<br>玉葱・麩・大根・葱・味噌      りんご   | ブルー<br>じゃがまるくん<br>（じゃがいも・片栗粉・ピザチーズ・バター・もみのり）          |
| 12<br>（金） | ごはん<br>豚肉のマヨポン炒め<br>ゆかり和え<br>味噌汁      バナナ   | 米<br>豚バラ肉・キャベツ・椎茸・しめじ・玉葱・油・酒・醤油・マヨネーズ・ボン酢<br>大根・キャベツ・きゅうり・ゆかり<br>人参・切干大根・豆腐・みつば・ごま油・味噌      バナナ  | ごまポッキー<br>抹茶スコーン<br>（小麦粉・BP・抹茶・砂糖・無塩バター・卵）            |
| 13<br>（土） | 豚しぐれごはん<br>和え物<br>味噌汁      オレンジ   | 米・豚挽肉・もみのり・葱・砂糖・醤油・おろし生姜<br>人参・もやし・切干大根・かつお節・醤油・砂糖<br>キャベツ・しめじ・大根・葱・味噌      オレンジ   | スティックビスケット<br>おやつ                                     |
| 15<br>（月） | 敬老の日（祝日休園）<br> |  |   |
| 16<br>（火） | 和風かに玉丼<br>ごま和え<br>味噌汁      バナナ  | 米・豚挽肉・かにかま・人参・玉葱・椎茸・みつば・卵・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉・油<br>ほうれん草・きゅうり・れんこん・すりごま・醤油・砂糖<br>人参・えのき・わかめ・味噌      バナナ  | チーズ<br>スイートボール<br>（さつまいも・チーズ・小麦粉・砂糖・揚げ油）              |
| 17<br>（水） | ごはん<br>鮭のバター醤油焼き<br>ひじきとツナの炒め物<br>味噌汁      オレンジ   | 米<br>鮭・酒・みりん・砂糖・醤油・バター<br>ひじき・小松菜・人参・ツナ・コーン・醤油・砂糖・みりん・ごま油<br>かぼちゃ・しめじ・玉葱・みつば・味噌      オレンジ  | ごまポッキー<br>小倉団子<br>（白玉団子の粉・さつまいも・つぶあん）                 |

|           | 献立名  | 材料名   | 朝おやつ（未満児）午後おやつ（未満児・以上児）   |
|-----------|--|---|---|
| 18<br>（木） | ごはん<br>鶏のマーマレード煮<br>酢の物<br>味噌汁            バナナ  | 米<br>鶏肉・マーマレード・みりん・醤油<br>キャベツ・もやし・人参・すりごま・薄口醤油・砂糖・酢<br>椎茸・大根・卵・葱・味噌<br>バナナ  | たまごボーロ<br>ビスケットサンド<br>（ビスケット・いちごジャム）  |
| 19<br>（金） | ごはん<br>揚げ出し豆腐<br>ツナ和え<br>味噌汁            梨  | 米<br>豆腐・片栗粉・揚げ油・なめこ・葱・醤油・砂糖・みりん・酒・大根<br>大根・きゅうり・ほうれん草・醤油・砂糖・ツナ<br>人参・もやし・ごぼう・みつば・味噌<br>梨                          | ブルーン<br>マカロニきなこ<br>（マカロニ・きな粉・砂糖・塩）  |
| 20<br>（土） | 豚そぼろ丼<br>味噌汁            オレンジ   | 米・豚挽肉・グリーンピース・玉葱・椎茸・醤油・みりん・酒・砂糖・薄口醤油・片栗粉・油<br>キャベツ・さつまいも・大根・味噌<br>オレンジ  | スティックビスケット<br>おやつ   |
| 22<br>（月） | カレーうどん<br>さつまいものレモン煮<br>サラダ            バナナ   | ゆでうどん・鶏肉・しめじ・人参・玉葱・葱・カレールウ・醤油・みりん・酒・片栗粉・油<br>さつまいも・レモン果汁・砂糖<br>キャベツ・ごぼう・もやし・かつお節・薄口醤油・酢・砂糖・油<br>バナナ               | チーズ<br>焼豚おにぎり<br>（米・焼豚・葱・もみのり・醤油・砂糖）  |
| 23<br>（火） | 秋分の日（祝日休園）  |   |   |
| 24<br>（水） | ごはん<br>きのこハンバーグ<br>ソテー<br>ポトフ            オレンジ  | 米<br>豆腐・豚挽肉・しめじ・椎茸・エリンギ・玉葱・人参・パン粉・卵・ケチャップ・中濃ソース<br>キャベツ・コーン・ベーコン・バター・醤油<br>ウインナー・じゃがいも・人参・パセリ・コンソメ・塩・こしょう<br>オレンジ | ごまポッキー<br>スイートポテトースト<br>（食パン・さつまいも・バター・生クリーム・砂糖）  |
| 25<br>（木） | ごはん<br>レバーのかりんとう<br>酢の物<br>味噌汁            りんご  | 米<br>鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酒・砂糖・ごま<br>人参・わかめ・きゅうり・かつお節・酢・砂糖・薄口醤油<br>大根・油揚げ・玉葱・葱・味噌<br>りんご                               | ブルーン<br>梨のケーキ<br>（小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・牛乳・梨）   |
| 26<br>（金） | ごはん<br>鮭のもみじ焼き<br>きんぴらごぼう<br>すまし汁            バナナ   | 米<br>鮭・人参・酒・マヨネーズ・味噌・みりん<br>ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油<br>麩・わかめ・椎茸・みつば・塩・薄口醤油<br>バナナ                               | スティックビスケット<br>ごまクッキー<br>（小麦粉・無塩バター・砂糖・BP・卵・ごま・油）  |
| 27<br>（土） | 肉味噌スパゲティー<br>サラダ            オレンジ   | スパゲティー・豚挽肉・玉葱・人参・キャベツ・しそ・砂糖・みりん・味噌・醤油・片栗粉・油<br>キャベツ・大根・もやし・ツナ・かつお節・薄口醤油・酢・砂糖・油<br>オレンジ                            | ごまポッキー<br>おやつ   |
| 29<br>（月） | ごはん<br>鶏の塩こうじ焼き<br>ひじきの煮物<br>味噌汁            バナナ  | 米<br>鶏肉・塩麹・おろし生姜・おろしにんにく・酒・醤油・砂糖・こしょう<br>ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油<br>ごぼう・玉葱・板こんにゃく・葱・味噌<br>バナナ                      | たまごボーロ<br>ボーロ<br>（小麦粉・無塩バター・油・砂糖）   |
| 30<br>（火） | ごはん<br>さばの梅煮<br>和え物<br>味噌汁            オレンジ   | 米<br>さば・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し・生姜<br>キャベツ・もやし・きゅうり・ハム・醤油・砂糖・すりごま<br>人参・大根・じゃがいも・みつば・味噌・ごま油<br>オレンジ                       | スティックビスケット<br>チーズ蒸しパン<br>（ホットケーキ粉・牛乳・砂糖・チーズ）  |

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの時に牛乳を提供しています。  
※天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承ください。