



9月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (月)	なすと豚肉丼 ごぼうサラダ スープ りんご	米・豚肉・なす・人参・玉葱・黄ピーマン・おろしにんにく・おろし生姜・油・塩・こしょう・ 鶏がらスープの素・ケチャップ・ウスターソース・片栗粉 ごぼう・きゅうり・人参・酢・醤油・砂糖・ごま油 キャベツ・えのき・大根・コーン・鶏がらスープの素 りんご	リッツ カルピスチーズケーキ (クリームチーズ・生クリーム・カルピス・ コーンスターチ・卵・リッツ・無塩バター)
2 (火)	冷やしうどん ゆかり和え 野菜の天ぷら オレンジ	うどん・豚肉・玉葱・おろし生姜・醤油・みりん・砂糖・めんつゆ・大根・葱・天かす きゅうり・キャベツ・オクラ・しらす・ゆかり 南瓜・さつま芋・米粉・揚げ油・塩 オレンジ	おせんべい 高菜おにぎり (米・高菜漬け・かつお節・ごま)
3 (水)	ごはん 鮭のごま焼き 甘酢和え 味噌汁 バナナ	米 鮭・砂糖・酒・みりん・醤油・いりごま・黒いりごま 小松菜・ちくわ・人参・ツナ・薄口・酢・砂糖 油揚げ・さつま芋・しめじ・みつば・味噌 バナナ	クラッカー 抹茶小倉蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・ あずき缶・油・抹茶)
4 (木)	ごはん 鶏肉の香り味噌焼き ひじきの煮物 すまし汁 りんご	米 鶏肉・味噌・砂糖・みりん・酒・ごま油 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 椎茸・たけのこ・玉葱・葱・薄口・塩 りんご	リッツ さつまいもクッキー  (小麦粉・砂糖・無塩バター・さつま芋)
5 (金)	ごはん 豆腐の中華煮 ナムル スープ バナナ	米 豚肉・油・おろしにんにく・人参・青梗菜・たけのこ・椎茸・豆腐・醤油・砂糖・片栗粉・中華だしの素 きゅうり・もやし・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 ニラ・玉葱・しめじ・コーン・中華だしの素 バナナ	シガーフライ 紅茶ボーロ (小麦粉・無塩バター・砂糖・油・紅茶)
6 (土)	豚しぐれごはん 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・玉葱・もみのり・おろし生姜・醤油・砂糖・油 鶏肉・里芋・大根・人参・みつば・油・味噌 オレンジ	クラッカー おやつパン
8 (月)	ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ 春雨スープ りんご	米 豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・ニラ・おろし生姜・おろしにんにく・味噌・醤油・酒・ 甜面醤・砂糖・ごま油・片栗粉 きゅうり・ひじき・コーン・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油・すりごま  鶏肉・舞茸・春雨・青梗菜・油・中華だしの素 りんご	おせんべい マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
9 (火)	ごはん 大豆ハンバーグ 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚挽肉・大豆・玉葱・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ キャベツ・もやし・ツナ・人参・砂糖・醤油 かぼちゃ・ごぼう・油揚げ・カットわかめ・味噌 バナナ	クラッカー ピザせんべい (餃子の皮・コーン・ハム・ケチャップ・ ピザ用チーズ)
10 (水)	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き 煮浸し 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・マヨネーズ・醤油 ほうれん草・油揚げ・切干大根・醤油・みりん・酒 人参・椎茸・じゃが芋・葱・味噌 オレンジ	リッツ お好み揚げ (豆腐・豚挽肉・小麦粉・キャベツ・かつお節・ 塩・青のり・揚げ油・お好みソース)
11 (木)	鮭ごはん 鶏の竜田揚げ しらす和え のっぺい汁 梨	米・鮭・しそ・塩・塩こんぶ 鶏肉・生姜・醤油・酒・みりん・片栗粉・揚げ油 きゅうり・もやし・人参・しらす干し・醤油・砂糖 鶏肉・里芋・大根・人参・白葱・薄口・塩・片栗粉 梨	ビスケット くるくるココアパイ (パイシート・グラニュー糖・ココア)
12 (金)	ごはん 鯖の梅照り焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鯖・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し 大根・キャベツ・コーン・ハム・酢・砂糖・薄口・油 豆腐・玉葱・なめこ・みつば・味噌 バナナ	シガーフライ 南瓜マフィン (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・ 南瓜・油・レモン果汁)
13 (土)	野菜あんかけ丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・人参・白菜・玉葱・青梗菜・椎茸・砂糖・みりん・薄口・醤油・酒・油・片栗粉 しめじ・キャベツ・油揚げ・葱・味噌 オレンジ	クラッカー おやつパン
15 (月)	 敬老の日 		

