

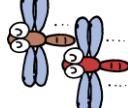


9月献立表



美保関東保育所

	献立名	材料名	おやつ	
1 (月)	ごはん 鶏ののり焼き 納豆和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・刻みのり・醤油・酒・みりん・砂糖 小松菜・もやし・人参・ひきわり納豆・醤油 玉葱・さつまいも・わかめ・味噌	 オレンジ	せんべい チーズ蒸しパン (米粉・ベーキングパウダー・牛乳・油・砂糖・チーズ)
2 (火)	ごはん マヨネンポーク かぼちゃの煮物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ピーマン・油・砂糖・醤油・酒・マヨネーズ 南瓜・酒・みりん・砂糖・醤油 大根・豆腐・えのき・味噌		せんべい マカロニきな粉 (米粉マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
3 (水)	ごはん さばの香味焼き 里芋の和風サラダ 味噌汁 オレンジ	米 鯖・にんにく・生姜・醤油・酒・ごま油 里芋・ハム・きゅうり・人参・マヨネーズ・醤油 玉葱・人参・キャベツ・味噌		せんべい スイートパンプキン (かぼちゃ・バター・砂糖・生クリーム)
4 (木)	ごはん 鶏の照り焼き 切干大根のパリパリ炒め 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・醤油・酒・みりん・生姜・砂糖 切干大根・ベーコン・にら・酒・薄口醤油・油 小松菜・えのき・なす・味噌		せんべい 抹茶ボーロ (米粉・片栗粉・無塩バター・油・砂糖・抹茶)
5 (金)	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 卵・鶏肉・椎茸・葱・薄口・みりん・砂糖 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 玉葱・もやし・さつま芋・味噌		せんべい ミルクくずもち (牛乳・片栗粉・砂糖・きな粉・砂糖)
6 (土)	野菜卵とじ丼 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・卵・玉葱・人参・しめじ・キャベツ・砂糖・みりん・薄口・醤油・酒・油 じゃが芋・大根・人参・味噌		動物ビスケット おやつパン
8 (月)	牛丼 レモン醤油和え 味噌汁 バナナ	米・牛肉・玉葱・人参・椎茸・葱・酒・みりん・砂糖・醤油・油 キャベツ・きゅうり・ひじき・ツナ・レモン果汁・醤油 じゃがいも・豆腐・もやし・味噌		せんべい カルピスゼリー (カルピス・ゼラチン・みかん缶)
9 (火)	ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・ごぼう・玉葱・人参・しらたき・葱・醤油・みりん・酒・砂糖・油 大根・人参・かつお節・醤油 卵・厚揚げ・しめじ・なす・味噌		せんべい おから梨ケーキ (おから・梨・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・無塩バター・卵)
10 (水)	梅風味塩ラーメン 中華きゅうり 焼きポテト バナナ	中華麺・鶏肉・キャベツ・もやし・白葱・しそ・コーン・梅干し・鶏ガラ・酒・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 じゃが芋・油・青のり・塩		せんべい 鉄分たっぷりおむすび (米・豚肉・ひじき・油・醤油・砂糖・ごま)
11 (木)	ツナと舞茸ごはん 甘酢チキン 和え物 味噌汁 オレンジ	米・ツナ・舞茸・人参・葱・醤油・酒・みりん・塩・ごま油 鶏肉・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖・酢 キャベツ・切干大根・すりごま・砂糖・醤油 大根・えのき・豆腐・わかめ・味噌		せんべい チーズチヂミ (豚挽肉・にら・もやし・塩・ピザチーズ・米粉・片栗粉・醤油・砂糖・酢・ごま油)
12 (金)	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 和え物 すまし汁 オレンジ	米 鮭・キャベツ・玉葱・油・味噌・砂糖・みりん・酒 きゅうり・人参・すりごま・醤油 人参・しめじ・じゃが芋・薄口・塩		せんべい 大学芋 (さつまいも・油・醤油・砂糖・水・黒ごま)
13 (土)	ピザトースト スープ バナナ	食パン・ハム・ピーマン・赤ピーマン・玉葱・ケチャップ・ピザチーズ しめじ・卵・人参・白菜・コンソメ バナナ		動物ビスケット フルーチェ (フルーチェ・牛乳)
15 (月)	 敬老の日(祝日休所) 			
16 (火)	ごはん レバーのかりんとう ツナ和え すまし汁 バナナ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・砂糖・酒・みりん・ごま きゅうり・大根・ツナ・酢・薄口醤油・砂糖・油 人参・えのき・南瓜・玉葱・薄口醤油・塩		せんべい きな粉おはぎ (米・きな粉・砂糖・塩)

	献立名	材料名	おやつ
17 (水)	ごはん ポテト入り卵焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	米 卵・じゃが芋・玉葱・ピザチーズ・牛乳・パセリ粉・砂糖・塩・醤油・油 キャベツ・人参・ひじき・ごま・砂糖・醤油 小松菜・油揚げ・かぼちゃ・味噌	せんべい マシュマロおこし (ポン菓子・マシュマロ・バター)
18 (木)	カレーライス チーズ ハムサラダ バナナ	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・カレールウ・油 スティックチーズ キャベツ・人参・ハム・マヨネーズ	せんべい ふかしいも (さつまいも)
19 (金)	ごはん かれいの昆布あんかけ しらす和え 味噌汁 オレンジ	米 かれい・片栗粉・揚げ油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口醤油・片栗粉 ほうれん草・人参・しらす・かつお節・醤油 玉葱・豆腐・もやし・味噌	せんべい ハムチーズいももち (じゃがいも・ハム・ピザチーズ・マヨネーズ・片栗粉)
20 (土)	ガーリックピラフ スープ バナナ	米・にんにく・鶏肉・しめじ・椎茸・えのき・油・塩・こしょう・醤油 人参・じゃが芋・玉葱・コンソメ バナナ	動物ビスケット プリン
22 (月)	ごはん 真珠蒸し 切り昆布の煮物 味噌汁 オレンジ	米 豚挽肉・おから・玉葱・干し椎茸・生姜・ごま油・醤油・塩・片栗粉・もち米 刻み昆布・人参・ちくわ・ごま油・醤油・砂糖 大根・玉葱・えのき・味噌	せんべい 黒糖蒸しパン (米粉・ベーキングパウダー・牛乳・油・黒糖)
23 (火)		 秋分の日(祝日休所) 	
24 (水)	ロールパン 鮭のチーズムニエル マカロニサラダ スープ オレンジ	ロールパン 鮭・米粉・塩・こしょう・粉チーズ・パセリ粉・バター 米粉マカロニ・キャベツ・ハム・マヨネーズ・醤油 人参・じゃがいも・もやし・コンソメ	せんべい おからドーナツ (おから・米粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・卵・牛乳・揚げ油)
25 (木)	ごはん 鶏の梅醤油焼き 切干大根の炒り煮 味噌汁 バナナ	米 鶏もも・梅干し・醤油・みりん・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・油・砂糖・醤油・みりん 大根・しめじ・白菜・味噌	せんべい ぶどうゼリー
26 (金)	ごはん 肉じゃが ひじきサラダ 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・油 ひじき・油・コーン缶・キャベツ・ベーコン・マヨネーズ 大根・しめじ・小松菜・味噌	せんべい ビーフンソテー (ビーフン・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・酒・コンソメ・醤油・ごま油)
27 (土)	スタミナ丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・椎茸・生姜・にんにく・酒・みりん・砂糖・醤油・油 じゃが芋・大根・わかめ・味噌 バナナ	せんべい おやつパン
29 (月)	ごはん マーぼー豆腐 きゅうり漬け のりごまスープ オレンジ	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・干し椎茸・葱・味噌・醤油・酒・砂糖・片栗粉・ごま油 きゅうり・醤油・塩昆布・ごま・ごま油 春雨・じゃが芋・白ネギ・醤油・海苔・鶏ガラ	せんべい フルーツヨーグルト (無糖ヨーグルト・バナナ・みかん缶・もも缶)
30 (火)	ごはん 鶏の塩麹焼き ゆかり和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩麹・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖 キャベツ・切干大根・ゆかり 人参・なめこ・油揚げ・もやし・味噌	せんべい ココアサブレ (米粉・片栗粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・卵・ココア)

★未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます★

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、あらかじめご了承下さい