



# 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 バナナ	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 オレンジ	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 バナナ	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 オレンジ	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)	野菜卵とし丼 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 バナナ	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 バナナ	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 オレンジ	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 バナナ	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 オレンジ	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 オレンジ	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)	<div><div>敬老の日(祝日休所)</div></div>		
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 バナナ	せんべい きな粉おはぎ (米・きな粉・砂糖・塩)

