



9月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき保育園
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (月)	ごはん 筑前煮 おかか和え 味噌汁 柑橘	米 鶏肉・油・大根・人参・れんこん・里芋・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 キャベツ・切干大根・かつお節・醤油 豆腐・えのき・玉葱・葱・味噌 柑橘	スティックビスケット どんぐりさんクッキー (米粉・砂糖・牛乳・無塩バター・ココア) 
2 (火)	ごはん ちくわの磯辺揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 ちくわ・小麦粉・塩・青のり・ベーキングパウダー・油 小松菜・もやし・人参・醤油 人参・しめじ・大根・味噌 バナナ	ポン菓子 じゃがりこ風ポテト (じゃが芋・人参・片栗粉・マヨネーズ 塩・こしょう)
3 (水)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き たたききゅうり 豚汁 柑橘	米 鮭・キャベツ・えのき・葱・味噌・砂糖・みりん・酒 きゅうり・ごま・酢・砂糖・醤油・ごま油 豚肉・玉葱・人参・さつま芋・葱・味噌 柑橘	ごまポッキー ホットケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油)
4 (木)	プルコギ丼 和え物 中華スープ 柑橘	米・牛肉・人参・玉葱・にら・黄ピーマン・醤油・酒・砂糖・にんにく・片栗粉・ごま油 大根・人参・醤油 春雨・青梗菜・コーン・中華だしの素 柑橘	プチクラッカー ぶどうゼリー
5 (金)	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖・塩麹 きゅうり・人参・もやし・酢・砂糖・薄口 油揚げ・人参・玉葱・葱・味噌 バナナ	スティックビスケット さつま芋蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・さつま芋 砂糖・油)
6 (土)	チキンライス スープ バナナ 	米・鶏肉・玉葱・ミックスベジタブル・ケチャップ・鶏がらスープの素・油 キャベツ・人参・えのき・じゃが芋・鶏がらスープの素 バナナ	ポン菓子 おにぎり
8 (月)	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き ひじきの煮物 すまし汁 柑橘	米 鶏肉・砂糖・味噌・みりん・醤油・ごま ひじき・人参・油揚げ・みりん・酒・砂糖・醤油 豆腐・玉葱・えのき・塩・薄口 柑橘	ごまポッキー くるくるパイ (パイシート・グラニュー糖)
9 (火)	わかめうどん かぼちゃの煮物 スティックサラダ バナナ	ゆでうどん・鶏肉・油・玉葱・椎茸・人参・カットわかめ・砂糖・醤油・塩・みりん かぼちゃ・砂糖・みりん・醤油 きゅうり・大根・すりごま・酢・砂糖・薄口・油 バナナ 	プチクラッカー 炊き込みおにぎり (米・鶏肉・椎茸・人参・ごぼう・醤油 酒・みりん)
10 (水)	ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 鯖・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 小松菜・切干大根・人参・納豆・かつお節・醤油 大根・豆腐・しめじ・味噌 バナナ 	ポン菓子 もちもちココアパン (白玉粉・牛乳・ココア・砂糖・油)
11 (木)	ごはん 豆腐の中華炒め 中華きゅうり スープ 柑橘	米 豚肉・ごま油・豆腐・もやし・人参・青梗菜・椎茸・にんにく・砂糖・醤油・鶏がらスープの素・片栗粉 きゅうり・醤油・塩こんぶ・ごま油・ごま 玉葱・しめじ・カットわかめ・コーン・中華だしの素 柑橘	スティックビスケット ボーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖)
12 (金)	ごはん 鶏肉のからあげ 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・生姜・みりん・酒・醤油・片栗粉・油 キャベツ・もやし・コーン・醤油・砂糖 玉葱・人参・えのき・味噌 バナナ	ごまポッキー マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・塩・砂糖)
13 (土)	チャーハン 中華スープ バナナ	米・豚挽肉・人参・椎茸・白葱・中華だしの素・醤油・塩・こしょう・ごま油 玉葱・豆腐・もやし・にら・中華だしの素 バナナ	ポン菓子 おにぎり 
15 (月)	 敬老の日 		
16 (火)	ごはん 鶏肉のにんにく醤油焼き 和え物 味噌汁 柑橘	米 鶏肉・にんにく・醤油・酒・砂糖 切干大根・人参・ちくわ・砂糖・醤油 人参・さつま芋・油揚げ・葱・味噌 柑橘	プチクラッカー リッツサンド (リッツ・いちごジャム)

	献立名	材料名	おやつ
17 (水)	ごはん オーロラレバー サラダ スープ 梨	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・ケチャップ・マヨネーズ・油 きゅうり・大根・酢・薄口・砂糖・油 コーン・人参・じゃが芋・玉葱・鶏がらスープの素  梨	スティックビスケット さつま芋もち (さつま芋・バター・砂糖・片栗粉)
18 (木)	ごはん 豚肉の生姜焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・玉葱・生姜・みりん・砂糖・醤油・油 人参・切干大根・小松菜・砂糖・醤油 大根・油揚げ・葱・しめじ・味噌 バナナ	ポン菓子 もちもちドーナツ (ホットケーキミックス・白玉粉・砂糖 絹ごし豆腐・油)
19 (金)	ごはん ハンバーグ ソテー スープ バナナ	米 豚挽肉・人参・玉葱・塩・こしょう・パン粉・ケチャップ 青梗菜・しめじ・コーン・ツナ・塩・こしょう・バター じゃが芋・人参・玉葱・鶏がらスープの素 バナナ	ごまポッキー 麩のラスク (麩・バター・グラニュー糖)
20 (土)	甘辛混ぜご飯 味噌汁 バナナ	米・豚挽肉・油・れんこん・ごぼう・人参・コーン・酒・みりん・醤油 人参・えのき・玉葱・さつま芋・味噌 バナナ	ポン菓子 おにぎり 
22 (月)	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 和え物 すまし汁 柑橘	米 鶏肉・生姜・砂糖・酒・酢・醤油 ほうれん草・人参・ツナ・醤油 しめじ・豆腐・カットわかめ・薄口・塩 柑橘	ごまポッキー そばろおにぎり (米・豚挽肉・醤油・砂糖・油)
23 (火)	 秋分の日 		
24 (水)	ハヤシライス サラダ 柑橘 	米・牛肉・人参・玉葱・しめじ・ハヤシルウ・油 きゅうり・大根・コーン・酢・薄口・砂糖・油・かつお節 柑橘	プチクラッカー さつま芋クッキー  (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・生クリーム・さつま芋・黒ごま)
25 (木)	ごはん カレイの味噌照り焼き 切干大根の煮物 すまし汁 バナナ	米 カレイ・生姜・味噌・砂糖・みりん・酒 切干大根・油揚げ・人参・酒・砂糖・みりん・薄口 玉葱・えのき・豆腐・薄口・塩 バナナ	ポン菓子 バナナケーキ (ホットケーキミックス・バナナ・牛乳 砂糖・油)
26 (金)	鮭としめじの炊き込みご飯 甘酢チキン 和え物 味噌汁 梨	米・鮭・しめじ・生姜・酒・薄口・塩 鶏肉・片栗粉・油・酢・醤油・砂糖・みりん キャベツ・きゅうり・すりごま・酢・砂糖・薄口 玉葱・人参・かぼちゃ・味噌  梨	スティックビスケット ヨーグルト
27 (土)	ひじきご飯 味噌汁 バナナ 	米・ひじき・鶏挽肉・人参・油揚げ・酒・みりん・砂糖・醤油 さつま芋・玉葱・えのき・味噌 バナナ	ポン菓子 おにぎり
29 (月)	ごはん 納豆のかき揚げ 和え物 味噌汁 柑橘	米 豚肉・納豆・玉葱・人参・にら・小麦粉・薄口・塩・酒・油 キャベツ・切干大根・ツナ・かつお節・醤油・砂糖 豆腐・人参・大根・味噌 柑橘	プチクラッカー 抹茶蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・油・砂糖 抹茶)
30 (火)	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・醤油・マヨネーズ もやし・人参・きゅうり・コーン・酢・砂糖・薄口 玉葱・えのき・厚揚げ・葱・味噌 バナナ	ごまポッキー きなこ団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・きな粉・砂糖・塩)

天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承下さい

- ★ マヨネーズ、生中華麺、パイシート、ビスケット類については、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ホットケーキミックス、豆乳かぼちゃ丸パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ みつき乳児保育園の0～2歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の3～5歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
- ★ 土曜日の午後おやつは、おにぎりまたはおやつパンを提供します。