



# 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<br>(火)  | ごはん<br>豆腐の中華煮<br>ナムル<br>スープ バナナ                | 米<br>豚肉・油・おろしにんにく・豆腐・人参・青梗菜・たけのこ・椎茸・醤油・砂糖・中華だしの素・片栗粉<br>きゅうり・もやし・ちくわ・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油<br>ニラ・玉葱・しめじ・コーン・中華だしの素 バナナ                | おせんべい<br>紅茶ボーロ<br>(小麦粉・無塩バター・砂糖・油・紅茶)                                        |
| 2<br>(水)  | ごはん<br>鶏の竜田揚げ<br>梅しらす和え<br>のっぺい汁 オレンジ          | 米<br>鶏肉・おろし生姜・醤油・酒・みりん・片栗粉・揚げ油<br>キャベツ・えのき・梅干し・しらす干し・醤油・砂糖<br>鶏肉・里芋・大根・人参・白葱・薄口・塩・片栗粉 オレンジ                                       | ビスケット<br>くるくるスティック<br>(春巻きの皮・バター・グラニュー糖)                                     |
| 3<br>(木)  | ごはん<br>鮭のごま焼き<br>甘酢和え<br>味噌汁 バナナ               | 米<br>鮭・砂糖・酒・みりん・醤油・いりごま・黒いりごま<br>白菜・ちくわ・人参・ツナ・薄口・酢・砂糖<br>油揚げ・さつま芋・しめじ・みつば・味噌 バナナ                                                 | クラッカー<br>抹茶小倉蒸しパン<br>(ホットケーキミックス・牛乳・あずき缶・油・抹茶)                               |
| 4<br>(金)  | キーマカレー<br>ポパイソテー<br>のりじゃが<br>梨                 | 米・豚ひき肉・トマト缶・人参・コーン・玉葱・カレールウ・油<br>ほうれん草・ベーコン・しめじ・バター・塩・こしょう・鶏がらスープの素<br>じゃが芋・塩・青のり・油<br>梨                                         | リッツ<br>ゼリー                                                                   |
| 5<br>(土)  | 豚しぐれごはん<br>味噌汁<br>バナナ                          | 米・豚肉・玉葱・おろし生姜・醤油・砂糖・油・もみのり<br>鶏肉・豆腐・キャベツ・人参・みつば・油・味噌<br>バナナ                                                                      | クラッカー<br>おやつパン                                                               |
| 7<br>(月)  | ごはん<br>鶏肉とさつま芋の<br>甘辛炒め<br>切干大根の煮物<br>味噌汁 オレンジ | 米<br>鶏肉・塩・片栗粉・揚げ油・さつま芋・醤油・砂糖・マヨネーズ<br>切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口・醤油・砂糖<br>えのき・白菜・ごぼう・葱・味噌 オレンジ                                           | リッツ<br>おやつナポリタン<br>(スパゲッティー・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・バター・ケチャップ・トマトピューレ・鶏がらスープの素・塩・こしょう) |
| 8<br>(火)  | 黒糖丸パン<br>豚肉のクリーム<br>ソースがけ<br>サラダ<br>スープ バナナ    | 黒糖丸パン<br>豚肉・塩・酒・片栗粉・油・玉葱・ほうれん草・無塩バター・小麦粉・牛乳・鶏ガラスープの素<br>ブロッコリー・コーン・薄口・砂糖・酢・かつお節・油<br>じゃが芋・白菜・しめじ・玉葱・人参・鶏がらスープの素 バナナ              | おせんべい<br>チュモッパおにぎり<br>(米・切干大根・ツナ・いりごま・醤油・マヨネーズ・塩・ごま油・もみのり)                   |
| 9<br>(水)  | ひじきごはん<br>カレイのもみじ焼き<br>おかか和え<br>味噌汁 梨          | 米・鶏挽肉・ひじき・人参・酒・みりん・砂糖・醤油<br>カレイ・人参・マヨネーズ・酒・塩・こしょう<br>もやし・大根・きゅうり・醤油・かつお節<br>キャベツ・しめじ・里芋・葱・味噌 梨                                   | シガーフライ<br>じゃがりこ風<br>(じゃが芋・人参・青のり・片栗粉・米粉・粉チーズ・マヨネーズ)                          |
| 10<br>(木) | ごはん<br>麻婆豆腐<br>中華サラダ<br>春雨スープ オレンジ             | 米<br>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・甜面醬・砂糖・ごま油・片栗粉<br>キャベツ・ひじき・コーン・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油・すりごま<br>鶏肉・舞茸・春雨・青梗菜・油・中華だしの素 オレンジ | クラッカー<br>マカロニきな粉<br>(マカロニ・きな粉・砂糖・塩)                                          |
| 11<br>(金) | ごはん<br>豚肉のスタミナ炒め<br>なめたけ和え<br>味噌汁 バナナ          | 米<br>豚肉・玉葱・もやし・椎茸・キャベツ・おろし生姜・おろしにんにく・油・砂糖・醤油・酒・みりん<br>小松菜・人参・切干大根・なめたけ・醤油<br>人参・椎茸・油揚げ・さつま芋・みつば・味噌 バナナ                           | ビスケット<br>チーズショートブレッド<br>(小麦粉・粉砂糖・無塩バター・クリームチーズ・粉チーズ・油)                       |
| 12<br>(土) | 野菜あんかけ丼<br>味噌汁<br>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<br>しめじ・キャベツ・豆腐・葱・味噌<br>オレンジ                                                            | おせんべい<br>おやつパン                                                               |
| 14<br>(月) | ごはん<br>レバーのカレー揚げ<br>じゃがコロサラダ<br>スープ バナナ        | 米<br>鶏レバー・片栗粉・カレー粉・揚げ油・ウスターソース<br>じゃが芋・きゅうり・コーン・ツナ・酢・砂糖・薄口・油<br>豚挽肉・玉葱・人参・青梗菜・油・鶏がらスープの素 バナナ                                     | リッツ<br>クラッカーサンド<br>(クラッカー・ブルーベリージャム)                                         |

★給食は調理後、一定の時間を過ぎると提供ができません。 11：30以降の登園の場合は食事を済ませてから登園をお願いします。

また、食数把握のため、登園時刻の連絡も必ずお願いします。

|           | 献立名                                                                                                                                                                            | 材料名                                                                                                                                           | おやつ                                                            |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 15<br>(火) | ごはん<br>鶏肉の醤油マヨ焼き<br>大根のそぼろ煮<br>味噌汁           りんご                                                                                                                               | 米<br>鶏肉・マヨネーズ・醤油<br>大根・鶏挽肉・いんげん・砂糖・醤油・塩・片栗粉・油<br>人参・キャベツ・ごぼう・油揚げ・葱・味噌<br>りんご                                                                  | クラッカー<br>レモンラスク<br>(食パン・レモン汁・バター・グラニュー糖)                       |
| 16<br>(水) | ごはん<br>魚の煮つけ<br>納豆和え<br>すまし汁   オレンジ                                                                                                                                            | 米<br>赤魚・生姜・酒・みりん・醤油・砂糖<br>納豆・ほうれん草・白菜・人参・もみのり・醤油<br>鶏肉・油・玉葱・しめじ・さつま芋・みつば・塩・薄口<br>オレンジ                                                         | シガーフライ<br>豆腐ドーナツ<br>(ホットケーキミックス・豆腐・砂糖・揚げ油)                     |
| 17<br>(木) | 生姜ごはん<br>大豆ハンバーグ<br>和え物<br>味噌汁           りんご                                                                                                                                   | 米・生姜・油揚げ・ひじき・砂糖・みりん・酒・薄口<br>豚挽肉・大豆・玉葱・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ<br>キャベツ・もやし・人参・砂糖・醤油・すりごま<br>かぼちゃ・ごぼう・豆腐・味噌<br>りんご                                     | ビスケット<br>ピザせんべい<br>(餃子の皮・コーン・ハム・ケチャップ・ピザ用チーズ)                  |
| 18<br>(金) | ごはん<br>ニラ玉<br>バンサンスー<br>中華スープ   バナナ                                                                                                                                            | 米<br>卵・玉葱・ニラ・干し椎茸・豚挽肉・塩・醤油・砂糖・中華だしの素・片栗粉<br>春雨・きゅうり・人参・ツナ・酢・砂糖・醤油・ごま油<br>豆腐・白菜・えのき・カットわかめ・中華だしの素<br>バナナ                                       | おせんべい<br>もちもち抹茶パン<br>(白玉粉・砂糖・牛乳・抹茶・油)                          |
| 19<br>(土) | きんぴらごはん<br>味噌汁<br>オレンジ                                                                                                                                                         | 米・鶏肉・ごま油・ごぼう・人参・醤油・みりん<br>椎茸・玉葱・里芋・葱・味噌<br>オレンジ                                                                                               | ビスケット<br>おやつパン                                                 |
| 21<br>(月) |  敬老の日  |                                                                                                                                               |                                                                |
| 22<br>(火) | 休日                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                               |                                                                |
| 23<br>(水) |  秋分の日  |                                                                                                                                               |                                                                |
| 24<br>(木) | ごはん<br>鶏肉の香り味噌焼き<br>ひじきの煮物<br>すまし汁           りんご                                                                                                                               | 米<br>鶏肉・味噌・砂糖・みりん・酒・ごま油<br>ひじき・豚挽肉・油・人参・みりん・酒・砂糖・醤油<br>鶏肉・油・焼き麩・たけのこ・玉葱・カットわかめ・薄口・塩<br>りんご                                                    | リッツ<br>さつまいもクッキー<br>(小麦粉・砂糖・バター・さつま芋・むらさきいもパウダー・黒いりごま)         |
| 25<br>(金) | ごはん<br>甘酢チキン<br>もみのり和え<br>味噌汁           梨                                                                                                                                      | 米<br>鶏肉・片栗粉・揚げ油・酢・砂糖・醤油・みりん<br>白菜・人参・コーン・ちくわ・もみのり・醤油<br>厚揚げ・大根・ほうれん草・味噌<br>梨                                                                  | クラッカー<br>お月見団子<br>(白玉粉・絹ごし豆腐・きな粉・砂糖・塩)                         |
| 26<br>(土) | カレーピラフ<br>スープ<br>オレンジ                                                                                                                                                          | 米・豚挽肉・ミックスベジタブル・塩・こしょう・鶏がらスープの素・カレー粉<br>人参・玉葱・しめじ・キャベツ・鶏がらスープの素<br>オレンジ                                                                       | シガーフライ<br>おやつパン                                                |
| 28<br>(月) | なすと豚肉丼<br><br>ごぼうサラダ<br>スープ           バナナ                                                                                                                                      | 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<br>ごぼう・きゅうり・人参・ツナ・酢・醤油・砂糖・ごま油・いりごま<br>マカロニ・キャベツ・えのき・コーン・鶏がらスープの素<br>バナナ | リッツ<br>うさぎまんじゅう<br>(小麦粉・砂糖・牛乳・塩・ベーキングパウダー・さつま芋・砂糖・バター・ココアパウダー) |
| 29<br>(火) | 肉おろしうどん<br>ゆかり和え<br>野菜の天ぷら<br>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<br>キャベツ・切干大根・しらす・ゆかり<br>かぼちゃ・さつま芋・小麦粉・揚げ油・塩<br>オレンジ                                                   | おせんべい<br>高菜おにぎり<br>(米・高菜漬け・かつお節・いりごま)                          |
| 30<br>(水) | ごはん<br>鰯のねぎ塩焼き<br>ごま酢和え<br>豚汁           バナナ                                                                                                                                    | 米<br>鰯・葱・塩・鶏がらスープの素・酒・レモン汁<br>大根・キャベツ・コーン・ツナ・酢・砂糖・薄口・すりごま<br>豚肉・油・油揚げ・玉葱・しめじ・みつば・味噌<br>バナナ                                                    | シガーフライ<br>かぼちゃマフィン<br>(ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・かぼちゃ・あずき缶・油)           |

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください