



9月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ（未満児） 午後おやつ（未満児・以上児）
1 （火）	ごはん 煮魚 なめたけ和え 味噌汁 オレンジ	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 キャベツ・人参・切干大根・ちくわ・なめたけ・醤油 舞茸・油揚げ・しらたき・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット 紅茶ボーロ （小麦粉・紅茶・砂糖・無塩バター・油）
2 （水）	ごはん 野菜オムレツ ソテー コーンスープ バナナ	米 卵・マヨネーズ・牛乳・塩・玉葱・しめじ・ほうれん草・ピザチーズ・ケチャップ 豚挽肉・キャベツ・黄ピーマン・バター・醤油 玉葱・コーン・クリームコーン・牛乳・コンソメ・パセリ バナナ	ごまポッキー 抹茶パイ （パイシート・グラニュー糖・抹茶）
3 （木）	ごはん 豚肉と豆腐のトロトロ炒め 酢の物 味噌汁 りんご	米 豚肉・豆腐・キャベツ・なめこ・しめじ・酒・鶏がら・薄口醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 オクラ・大根・かにかま・わかめ・酢・薄口醤油・砂糖・すりごま さつまいも・人参・もやし・みつば・味噌 りんご	ブルーン ココアクッキー （小麦粉・無塩バター・砂糖・BP・卵・ココア）
4 （金）	ごはん 中華チキン そうめんサラダ スープ バナナ	米 鶏肉・おろし生姜・おろしにんにく・ごま・みりん・酒・醤油・ごま油・玉葱 そうめん・ハム・ツナ・きゅうり・もやし・醤油・酢・油 卵・しそ・しめじ・玉葱・鶏がら・ごま油 バナナ	たまごボーロ 和風ポテト （じゃがいも・揚げ油・青のり・ゆかり・塩）
5 （土）	キャベツの肉味噌丼 すまし汁 オレンジ	米・豚肉・キャベツ・人参・玉葱・もやし・味噌・醤油・酒・砂糖・みりん・油 えのき・麩・わかめ・塩・薄口醤油 オレンジ	スティックビスケット おやつ
7 （月）	ごはん 梅しそつくね なすの甘辛炒め 味噌汁 バナナ	米 鶏挽肉・玉葱・梅干し・しそ・おろし生姜・片栗粉・酒・醤油・砂糖 なす・ベーコン・人参・しめじ・玉葱・醤油・砂糖・油 キャベツ・板こんにゃく・大根・味噌 バナナ	ブルーン フルーツポンチ （もも缶・パイナップル缶・白玉団子の粉・絹ごし豆腐・サイダー・カルピス）
8 （火）	ごはん 肉じゃが ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 牛肉・玉葱・人参・じゃがいも・しらたき・グリーンピース・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油 ほうれん草・キャベツ・きゅうり・醤油・砂糖・すりごま しめじ・厚揚げ・もやし・葱・味噌・ごま油 オレンジ	ごまポッキー プチピザ （ツナ・コーン・ケチャップ・ピザチーズ・クラッカー）
9 （水）	★誕生会 さつまいもごはん さけのもみじ焼き 切干大根のカレー煮 すまし汁 バナナ	米・さつまいも・黒ごま・酒・塩 さけ・人参・酒・マヨネーズ・味噌・みりん 切干大根・人参・鶏挽肉・油揚げ・砂糖・醤油・みりん・コンソメ・カレー粉・油 はんぺん・椎茸・玉葱・みつば・塩・薄口醤油 バナナ	スティックビスケット りんごケーキ （小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・りんご） 
10 （木）	ごはん 豚しゃぶ 甘辛揚げ 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・酒・キャベツ・もやし・きゅうり・人参・醤油・酢・砂糖・ごま油・すりごま 南瓜・なす・ピーマン・小麦粉・油・醤油・砂糖 豆腐・なめこ・切干大根・葱・味噌 オレンジ	たまごボーロ バナナきな粉 （バナナ・きな粉・砂糖・塩）
11 （金）	親子丼 納豆和え 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・卵・玉葱・人参・しめじ・みつば・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油 キャベツ・もやし・切干大根・挽きわり納豆・もみのり・醤油 玉葱・えのき・麩・わかめ・味噌 バナナ	チーズ スイートポテト （食パン・さつまいも・バター・砂糖） 
12 （土）	わかめうどん 和え物 オレンジ	ゆでうどん・鶏肉・白葱・人参・椎茸・わかめ・砂糖・みりん・塩・醤油 きゅうり・大根・ちくわ・醤油・砂糖・すりごま オレンジ	ごまポッキー おやつ
14 （月）	ハヤシライス コロコロサラダ チーズ オレンジ	米・豚肉・舞茸・エリンギ・えのき・人参・玉葱・ハヤシルウ・油 きゅうり・大根・薄口醤油・酢・砂糖・油・かつお節 スティックチーズ オレンジ	ブルーン お好み焼き （小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・お好みソース）
15 （火）	ごはん 豆腐ハンバーグ ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・パン粉・卵・大根・しそ・醤油・砂糖・みりん・酢 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 さつまいも・舞茸・しらたき・葱・味噌 バナナ	スティックビスケット 麩のラスク （麩・砂糖・無塩バター）
16 （水）	ごはん さんまと野菜の甘辛揚げ ゆかり和え 味噌汁 オレンジ	米 さんま・酒・おろし生姜・片栗粉・南瓜・れんこん・揚げ油・醤油・砂糖・みりん きゅうり・大根・もやし・ゆかり ごぼう・しめじ・玉葱・みつば・味噌 オレンジ	ごまポッキー リッツサンド （リッツ・ブルーベリージャム）
17 （木）	ごはん 鶏の梅味噌焼き 煮浸し すまし汁 りんご	米 鶏肉・梅干し・味噌・醤油・みりん・酒 小松菜・油揚げ・切干大根・酒・みりん・醤油・砂糖 人参・えのき・肉団子・わかめ・塩・薄口醤油 りんご	たまごボーロ 抹茶あんまん （こしあん・ホットケーキ粉・牛乳・抹茶）

	献立名	材料名	朝おやつ（未満児）午後おやつ（未満児・以上児）
18 （金）	ちゃんぽんめん サラダ ウインナー バナナ	中華麺・豚肉・椎茸・玉葱・人参・キャベツ・コーン・ニラ・塩・鶏がら・薄口醤油・牛乳・ごま油 ごぼう・きゅうり・黄ピーマン・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油 ウインナー バナナ	チーズ たぬきむすび （米・天かす・葱・もみのり・めんつゆ）
19 （土）	混ぜごはん 和え物 豚汁 オレンジ	米・鶏挽肉・人参・しめじ・酒・みりん・醤油・油 キャベツ・もやし・切干大根・塩昆布 豚肉・大根・玉葱・白葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット おやつ
21 （月）	敬老の日（祝日休園） 		
22 （火）	国民の休日（祝日休園） 		
23 （水）	秋分の日（祝日休園） 		
24 （木）	ごはん レバーのカレー揚げ きゅうり漬け 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・ウスターソース・酒・カレー粉・片栗粉・揚げ油 きゅうり・塩昆布・醤油・ごま じゃがいも・キャベツ・人参・味噌・ごま油 オレンジ	ごまポッキー ホットビスケット （小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・生クリーム）
25 （金）	ごはん 豚肉と厚揚げのごま炒め おかか和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・厚揚げ・キャベツ・しめじ・おろし生姜・すりごま・ボン酢・砂糖・醤油・ごま油 人参・大根・もやし・ツナ・醤油・砂糖・かつお節 南瓜・しらたき・玉葱・葱・味噌 バナナ	チーズ プリン（卵不使用）
26 （土）	豚丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・もやし・人参・キャベツ・椎茸・葱・おろし生姜・おろしにんにく・酒・砂糖・みりん・醤油・塩・ごま油・すりごま 麩・しめじ・大根・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット おやつ
28 （月）	ケチャップライス マカロニグラタン きのこソテー スープ オレンジ	米・ミックスベジタブル・ケチャップ・油・コンソメ 鶏肉・玉葱・コーン・マカロニ・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ・ピザチーズ・パン粉 舞茸・エリンギ・しめじ・ほうれん草・バター・醤油 キャベツ・人参・玉葱・コンソメ オレンジ	ごまポッキー もちもちココアパン （白玉団子の粉・ココア・油・牛乳・砂糖）
29 （火）	ごはん 五目麻婆 サラダ スープ りんご	米 豚挽肉・大豆・玉葱・人参・ニラ・干し椎茸・おろしにんにく・おろし生姜・砂糖・酒・醤油・味噌・テンメンジャン・片栗粉・ごま油 キャベツ・レタス・ちくわ・もみのり・ごま・ごま油 春雨・しめじ・もやし・白葱・鶏がら りんご	ブルーン バナナドーナツ （ホットケーキ粉・絹ごし豆腐・卵・バナナ・揚げ油・粉糖）
30 （水）	ごはん さんまのかば焼き 塩昆布和え 味噌汁 オレンジ	米 さんま・小麦粉・揚げ油・酒・醤油・みりん・砂糖 人参・きゅうり・大根・塩昆布 麩・玉葱・えのき・みつば・味噌 オレンジ	たまごボーロ 梨と紅茶のカップケーキ （小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・梨・紅茶）

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの時に牛乳を提供しています。
※さくら組（2歳児）クラスは幼児部生活への移行段階として、朝おやつはおおむね2月末までで終了としております。
※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、あらかじめご了承ください。