# 9月献立表

美保関西保育所

| | 献立名 | 材料名 | おやつ |
|---|---|---|---|
| 1<br>(火) | ごはん<br>マヨネンポーク<br>南瓜の煮物<br>スープ<br>バナナ | こめ<br>豚肉・玉葱・人参・エリンギ・しめじ・ピーマン・油・砂糖・醤油・マヨネーズ<br>南瓜・砂糖・醤油<br>豆腐・玉葱・人参・チンゲン菜・コンソメ・薄口<br>バナナ | 黒ごまビスケット<br>マカロニきなこ<br>マカロニ・きな粉・砂糖・塩 |
| 2<br>(水) | ごはん<br>魚のごま焼き<br>のり和え<br>味噌汁<br>りんご | 米<br>鯖・ごま・酒・みりん・砂糖・醤油・生姜<br>キャベツ・人参・もやし・のり・醤油<br>なす・玉葱・油揚げ・しめじ・味噌<br>りんご | ルヴァン<br>抹茶ボーロ<br>小麦粉・無塩バター・油・砂糖・抹茶 |
| 3<br>(木) | ミートスパゲティ<br><br>ガーリックポテト<br>午房さっぱりサラダ<br>バナナ | スパゲティ・豚挽肉・人参・玉葱・なす・ピーマン・トマト・コンソメ<br>ケチャップ・ソース・油<br>じゃが芋・油・にんにく・塩<br>午房・人参・きゅうり・ツナ・ごま・酢・砂糖・醤油<br>バナナ | クラッカー<br>ひじきおむすび<br>米・ひじき・油揚げ・油・醤油・砂糖 |
| 4<br>(金) | ごはん<br>玉子焼き<br>納豆サラダ<br>味噌汁<br>オレンジ | 米<br>卵・鶏挽肉・椎茸・葱・薄口・みりん・砂糖<br>キャベツ・人参・モロヘイヤ・納豆・のり・マヨネーズ・醤油<br>玉葱・もやし・さつま芋・味噌<br>オレンジ | 動物ビスケット<br>マシュマロおこし<br>マシュマロ・バター・コーンフレーク |
| 5<br>(土) | 野菜あんかけ丼<br>味噌汁<br>オレンジ | 米・鶏肉・玉葱・人参・しめじ・キャベツ・砂糖・みりん・薄口・醤油・酒・片栗粉・油<br>じゃが芋・大根・人参・味噌<br>オレンジ | ルヴァン<br>おやつパン |
| 7<br>(月) | ごはん<br>鶏の照り焼き<br>煮浸し<br>味噌汁<br>バナナ | 米<br>鶏肉・醤油・酒・みりん・砂糖・生姜<br>小松菜・人参・油揚げ・みりん・醤油<br>大根・玉葱・しめじ・わかめ・味噌<br>バナナ | クラッカー<br>スイートポテト<br>さつま芋・バター・砂糖・牛乳 |
| 8<br>(火) | 牛丼<br>はるさめの酢の物<br>味噌汁<br>りんご | 米・牛肉・玉葱・人参・椎茸・白葱・酒・みりん・砂糖・醤油・油<br>はるさめ・きゅうり・もやし・人参・ハム・酢・砂糖・醤油・ごま油・ごま<br>南瓜・玉葱・薄揚げ・味噌<br>りんご | 黒ごまビスケット<br>クラッカーサンド<br>クラッカー・ブルーベリージャム |
| 9<br>(水) | ごはん<br>魚のちゃんちゃん焼き<br>さつま芋の甘煮<br>すまし汁<br>オレンジ | 米<br>鮭・キャベツ・玉葱・しめじ・白葱・味噌・みりん・醤油・酒・バター・ごま<br>さつま芋・砂糖・醤油<br>麸・玉葱・えのき・わかめ・薄口<br>オレンジ | ルヴァン<br>おからバナナケーキ<br>ホットケーキ粉・おから・バナナ・<br>砂糖・無塩バター・豆乳 |
| 10<br>(木) | 食パン<br>豆腐ミートローフ<br>マカロニサラダ<br>スープ<br>バナナ | 食パン<br>豚挽肉・豆腐・玉葱・パン粉・豆乳・塩・こしょう・ケチャップ・ソース・砂糖<br>マカロニ・キャベツ・きゅうり・コーン・ツナ・マヨネーズ・醤油<br>じゃが芋・人参・玉葱・しめじ・コンソメ<br>バナナ | クラッカー<br>おむすび<br>米・炊き込みわかめ・じゃこ |
| 11<br>(金) | ごはん<br>豚午房のしぐれ煮<br>塩昆布和え<br>かきたま汁<br>オレンジ | 米<br>豚肉・牛房・玉葱・人参・しらたき・葱・生姜・油・醤油・みりん・砂糖<br>キャベツ・人参・塩昆布・ごま油<br>卵・玉葱・しめじ・なす・味噌<br>オレンジ | 動物ビスケット<br>チーズパイ<br>パイシート・粉チーズ |
| 12<br>(土) | ガーリックきのこピラフ<br>スープ<br>オレンジ | 米・にんにく・鶏肉・しめじ・椎茸・えのき・油・塩・こしょう・醤油<br>人参・じゃが芋・チンゲン菜・コンソメ・薄口<br>オレンジ | ルヴァン<br>おやつパン |
| 14<br>(月) | ごはん<br>鶏ののりチーズ焼き<br>ごま和え<br>味噌汁<br>バナナ | 米<br>鶏肉・酒・塩・こしょう・醤油・のり・ピザチーズ<br>キャベツ・人参・ひじき・すりごま・醤油・砂糖<br>さつま芋・玉葱・油揚げ・葱・味噌<br>バナナ | クラッカー<br>メロンパントースト<br>食パン・バター・牛乳・グラニュー糖・<br>ホットケーキ粉 |
| 15<br>(火) | ごはん<br>麻婆豆腐<br>干大根の酢の物<br>スープ<br>オレンジ | 米<br>豆腐・豚挽き肉・玉葱・人参・にら・にんにく・生姜・酒・甜面醤・中華だし・醤油・片栗粉・ごま油<br>干大根・ほうれん草・人参・ツナ・すりごま・酢・酒・砂糖・醤油・ごま油<br>もやし・キャベツ・コーン・しめじ・鶏ガラ・薄口<br>オレンジ | 黒ごまビスケット<br>うどんかりんとう<br>うどん・小麦粉・油・粉糖 |

**★乳児部は朝おやつ・午後おやつ、幼児部は給食・午後おやつに牛乳を飲みます★**
**★マヨネーズ・ホットケーキ粉・加工肉は、全て卵・乳不使用のものを使用しています★**

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。

| | 献立名 | 材料名 | おやつ |
|---|---|---|---|
| 16<br>(水) | ごはん<br>魚の生姜焼き<br>洋風白和え<br>味噌汁<br>バナナ | 米<br>鯖・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜<br>キャベツ・きゅうり・人参・ハム・豆腐・すりごま・マヨネーズ・砂糖・塩<br>南瓜・玉葱・もやし・味噌<br>バナナ | ルヴァン<br>チヂミ<br>小麦粉・片栗粉・豚挽肉・にら・コーン<br>塩・ピザチーズ・ごま油・醤油・酢・砂糖 |
| 17<br>(木) | きのこの炊き込みご飯<br>甘辛チキン<br>おかか和え<br>すまし汁<br>梨 | 米・ツナ・しめじ・椎茸・人参・午房・醤油・酒・みりん<br>鶏肉・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖・酢・ごま<br>小松菜・人参・コーン・かつお節・醤油<br>豆腐・玉葱・えのき・わかめ・薄口<br>梨 | クラッカー<br>ふかし芋<br>さつま芋 |
| 18<br>(金) | ごはん<br>中華煮<br>きゅうり漬け<br>スープ<br>オレンジ | 米<br>豚肉・人参・白菜・たけのこ・椎茸・もやし・にんにく・醤油・砂糖・鶏ガラ・ごま油・片栗粉<br>きゅうり・人参・ごま油・塩昆布・醤油・ごま<br>大根・玉葱・しめじ・鶏ガラ・薄口<br>オレンジ | 動物ビスケット<br>りんごケーキ<br>ホットケーキ粉・無塩バター・砂糖<br>牛乳・りんご |
| 19<br>(土) | ジューシーごはん<br>味噌汁<br>オレンジ | 米・豚肉・人参・しらたき・葱・油・醤油・みりん・塩<br>キャベツ・玉葱・しめじ・味噌<br>オレンジ | ルヴァン<br>おやつパン |
| 21<br>(月) | | 敬老の日（祝日休園） | |
| 22<br>(火) | | 国民の休日（祝日休園） | |
| 23<br>(水) | | 秋分の日（祝日休園） | |
| 24<br>(木) | ドライカレー<br>スティックポテト<br>コロコロサラダ<br>オレンジ | 米・豚挽肉・人参・玉葱・しめじ・ピーマン・レーズン・油・カレールー・コンソメ・ケチャップ・ソース・にんにく<br>さつま芋・油・塩・青のり<br>大根・人参・きゅうり・コーン・かつお節・酢・砂糖・薄口・油<br>オレンジ | クラッカー<br>きなこおはぎ<br>米・もち米・きな粉・砂糖・塩 |
| 25<br>(金) | ごはん<br>鶏の梅醤油焼き<br>ひじきの炒り煮<br>味噌汁<br>りんご | 米<br>鶏肉・梅干・醤油・みりん・砂糖<br>ひじき・油揚げ・人参・れんこん・酒・みりん・砂糖・醤油<br>大根・しめじ・白菜・味噌<br>りんご | 動物ビスケット<br>お月見団子<br>団子の粉・豆腐・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 |
| 26<br>(土) | スタミナ丼<br>味噌汁<br>オレンジ | 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<br>豆腐・玉葱・わかめ・味噌<br>オレンジ | ルヴァン<br>おやつパン |
| 28<br>(月) | 食パン<br>レバーのケチャップ煮<br>じゃこサラダ<br>スープ<br>オレンジ | 食パン<br>鶏レバー・片栗粉・油・ケチャップ・ソース<br>キャベツ・人参・きゅうり・じゃこ・ごま油・酢・砂糖・薄口<br>豆腐・人参・玉葱・なめこ・鶏ガラ・薄口<br>オレンジ | クラッカー<br>おむすび<br>米・豚挽肉・醤油・砂糖・油 |
| 29<br>(火) | ごはん<br>肉じゃが<br>ピクルス<br>味噌汁<br>バナナ | 米<br>豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・油<br>きゅうり・大根・人参・酢・砂糖・薄口・油<br>白菜・玉葱・厚揚げ・しめじ・味噌<br>バナナ | 黒ごまビスケット<br>麩のラスク<br>麩・バター・グラニュー糖 |
| 30<br>(水) | ごはん<br>魚の味噌マヨ焼き<br>のり和え<br>けんちん汁<br>りんご | 米<br>鮭・味噌・マヨネーズ・みりん<br>ほうれん草・もやし・人参・のり・醤油<br>鶏肉・大根・人参・午房・里芋・油揚げ・葱・薄口<br>りんご | ルヴァン<br>さつま芋蒸しパン<br>ホットケーキ粉・さつま芋・砂糖・レーズン・豆乳 |