

9 月 献立表

明 照 保 育 園

日 曜	献立名	材 料 名			お や つ		
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後	
1 木	カレーライス マカロニサラダ 麦ごはん	米 マカロニ 麦油 じゃがいも 小麦粉 バター マヨネーズ	豚もも肉 スキムミルク ローズハム	にんにく 赤ピーマン しょうが コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) きゅうり	牛 乳 ごませんべい	お 茶 きなこおはぎ	
2 金	切干大根の煮付け みそ汁 ごはん	米 油 さとう	豚バラ肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐	切干しだいこん にんじん さやいんげん かぼちゃ 葉ねぎ オクラ	牛 乳 かりんとう	紅茶ミルク クラッカー	
3 土	けいろうのつどい					フルーツゼリー	おみやげ 和菓子セット
5 月	鶏肉のトマト煮 ごぼうサラダ チーズ レズンロール	レズンロール 油 さとう すりごま(白) マヨネーズ	鶏もも肉 ちくわ チーズ	にんにく コーン缶 たまねぎ キャベツ にんじん ごぼう しめじ グリンピース(冷凍) トマト缶(ホール)	牛 乳 クッキー	プリン	
6 火	煮魚 合わせみそ汁 巨峰 ごはん	米 さとう	さかな 生わかめ 削り節	しょうが 巨峰 だいこん たまねぎ なす にんじん 葉ねぎ	牛 乳 クラッカー	野菜果汁 ココアクリームサンド	
7 水	魚のカラフル揚げ コンソメスープ ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 油 じゃがいも	白身魚 卵 ウィンナー	赤ピーマン 青ピーマン ブロッコリー キャベツ パセリ コーン缶	牛 乳 ウエハース	牛 乳 チーズ菓子	
8 木	マーボー豆腐 はるさめサラダ 麦ごはん	米 はるさめ(乾) 麦 白ごま 油 さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 ローズハム 生わかめ	にんにく みかん缶 しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	牛 乳 のり巻きせんべい	パピコアイス クッキー	
9 金	ほうれん草の炒り卵 ごぼうのクリームスープ チーズ 食パン	食パン 油 バター クラッカー	卵 ベーコン 牛乳 生クリーム チーズ	ほうれん草 パセリ にんじん えのきたけ コーン缶 ごぼう 玉ねぎ	牛 乳 小麦胚芽クッキー	なし あられ	
10 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります					牛 乳 クラッカー	
12 月	ホットドッグ ミネストローネ 一口ゼリー ロールパン	ロールパン マカロニ マーガリン 油 じゃがいも 一口ゼリー	ウィンナー 鶏ささ身	キャベツ にんじん セロリ たまねぎ トマト パセリ	牛 乳 ポーロ	豆 乳 ごませんべい	
13 火	里いもと肉の揚げ煮 大根スープ 味付け煮干 ごはん	米 かたくり粉 油 さとう さとう	鶏もも肉 ベーコン 味付け煮干	さやいんげん だいこん にんじん グリーンピース(冷凍)	牛 乳 塩せんべい	オレンジヨーグルト	
14 水	エビのチリソース煮 わかめスープ バターロール	バターロール 油 かたくり粉 さとう ごま油 白ごま	むきえび 豆腐 生わかめ	しょうが にんじん にんにく たまねぎ 根菜ねぎ グリーンピース(冷凍) もやし	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 レーズンクッキー	
15 木	カレーライス マカロニサラダ 麦ごはん	米 マカロニ 麦油 じゃがいも 小麦粉 バター マヨネーズ	豚もも肉 スキムミルク ローズハム	にんにく 赤ピーマン しょうが コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) きゅうり	牛 乳 ごませんべい	お 茶 きなこおはぎ	
16 金	切干大根の煮付け みそ汁 ごはん	米 油 さとう	豚バラ肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐	切干しだいこん にんじん さやいんげん かぼちゃ 葉ねぎ オクラ	牛 乳 かりんとう	紅茶ミルク クラッカー	
17 土	【なかよし保育】 【引き取り訓練】 おたのしみランチ					牛 乳 あられ	
20 火	煮魚 合わせみそ汁 巨峰 ごはん	米 さとう	さかな 生わかめ 削り節	しょうが 巨峰 だいこん たまねぎ なす にんじん 葉ねぎ	牛 乳 クラッカー	野菜果汁 ココアクリームサンド	
21 水	魚のカラフル揚げ コンソメスープ ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 油 じゃがいも	白身魚 卵 ウィンナー	赤ピーマン 青ピーマン ブロッコリー キャベツ パセリ コーン缶	牛 乳 ウエハース	牛 乳 チーズ菓子	
22 木	マーボー豆腐 はるさめサラダ 麦ごはん	米 はるさめ(乾) 麦 白ごま 油 さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 ローズハム 生わかめ	にんにく みかん缶 しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	牛 乳 のり巻きせんべい	ヨーグルト クッキー	
24 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります					牛 乳 あられ	
26 月	ホットドッグ ミネストローネ 一口ゼリー ロールパン	ロールパン マカロニ マーガリン 油 じゃがいも 一口ゼリー	ウィンナー 鶏ささ身	キャベツ にんじん セロリ たまねぎ トマト パセリ	牛 乳 ポーロ	豆 乳 ごませんべい	
27 火	里いもと肉の揚げ煮 大根スープ 味付け煮干 ごはん	米 かたくり粉 油 さとう さとう	鶏もも肉 ベーコン 味付け煮干	さやいんげん だいこん にんじん グリーンピース(冷凍)	牛 乳 塩せんべい	オレンジヨーグルト	
28 水	焼きそば じゃがにら汁 バターロール	バターロール 蒸し中華めん 油 じゃがいも	豚もも肉 いか あおのり 花かつお 削り節	キャベツ いら たまねぎ にんじん もやし 青ピーマン えのきたけ	牛 乳 チーズ菓子	発酵乳 ビスケット	
29 木	【誕生会】 大豆いりツナごはん 鶏の香り揚げ すまし汁 ごはん	米 かたくり粉 油 ぶ さとう 白ごま ごま油 小麦粉	大豆 ツナ缶 鶏もも肉 卵 生わかめ 削り節	にんじん しょうが にんにく もやし たまねぎ みつば	フルーツゼリー	紅 茶 ケーキ	
30 金	筑前煮 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう じゃがいも	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し	にんじん 葉ねぎ ごぼう たけのこ缶 れんこん 干し椎茸 さやえんどう	牛 乳 ビスケット	牛 乳 ワッフル	

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食を食べます。

