

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 土	【家族ふれあいの日】 夕涼み会					
3 月	手作りカレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 小麦粉 じゃがいも バター	豚も肉 スキムミルク ロースハム	にんにく きゅうり しょうが 赤ピーマン たまねぎ コーン缶 にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ	牛乳 あられ	ヨーグルト ビスケット
4 火	いり豆腐 白みそ汁 味付け煮干 ごはん	米 油 さとう ぶ	豆腐 味付け煮干 かまぼこ 卵 ひじき 生わかめ 削り節	たまねぎ なす にんじん 菜ねぎ ほうれんそう 干し椎茸 キャベツ しめじ	フルーツゼリー	野菜果汁 塩せんべい
5 水	ツナサラダサンド 豆乳スープ 一口ゼリー 食パン	食パン マヨネーズ じゃがいも 油 一口ゼリー	ツナ缶 ウィンナー 豆乳	グリンピース(冷凍) さやいんげん 赤ピーマン れんこん にんじん たまねぎ しめじ	牛乳 ウエハース	牛乳 ごませんべい
6 木	【プール大会】 肉野菜炒め たまごスープ 麦ごはん	米 麦 油 さとう	豚も肉 卵 生わかめ	しょうが にら キャベツ しめじ 青ピーマン にんじん たまねぎ トマト	牛乳 卵ボーロ	牛乳 さつま芋とりんご煮
7 金	豆腐とツナのハンバーグ 春雨スープ クロロール	クロロール パン粉(乾燥) 油 はるさめ(乾)	しほり豆腐 ツナ缶 卵 スキムミルク ベーコン	たまねぎ もやし にんじん チンゲンサイ コーン缶	牛乳 塩せんべい	牛乳 ぶどう 豆おかし
8 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 ビスケット	
10 月	親子煮 酢みそあえ 味付け煮干 ごはん	米 油 さとう	鶏胸肉 味付け煮干 卵 刻みのり しらす干し ちくわ 生わかめ	にんじん だけのこ缶 たまねぎ えのきだけ 干し椎茸 グリンピース(冷凍) きゅうり	牛乳 クラッカー	牛乳 ふかしもち
11 火	魚の味噌煮 のっぺい汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう さといも かたくり粉 一口ゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが しめじ だいこん にんじん	牛乳 レーズンクッキー	お茶 焼きそば
12 水	鮭グラタン風シチュー ハムとわかめのサラダ レーズンロール	レーズンロール 油 サラダ油 さとう バター すりこま(白) 小麦粉 パン粉 マカロニ	鮭 生クリーム チーズ スキムミルク ロースハム 生わかめ	パセリ にんじん たまねぎ しめじ キャベツ コーン缶	牛乳 パイ菓子	発酵乳 のり巻きせんべい
13 木	肉じゃが みそ汁 ごはん	米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう	豚も肉 油揚げ 生わかめ 煮干し 豆腐	にんじん たまねぎ しめじ さやえんどう えのきだけ 菜ねぎ	牛乳 チーズ菓子	牛乳 ラスク
14 金	酢鶏 玉米湯(口伝) バターロール	バターロール さとう かたくり粉 油 いちごジャム ごま油	鶏も肉 牛乳	たまねぎ クリームコーン缶 にんじん 菜ねぎ だけのこ缶 干し椎茸 グリンピース(冷凍) パイン缶	牛乳 ごませんべい	カルピスサワー ウエハース
15 土	けいろうのつと (おみやげ:和菓子セット)				フルーツゼリー	
18 火	いり豆腐 白みそ汁 味付け煮干 ごはん	米 油 さとう ぶ	豆腐 味付け煮干 かまぼこ 卵 ひじき 生わかめ 削り節	たまねぎ なす にんじん 菜ねぎ ほうれんそう 干し椎茸 キャベツ しめじ	フルーツゼリー	野菜果汁 塩せんべい
19 水	ほたてとえびのスパゲティ コンソメスープ ロールパン	ロールパン 油 スパゲティ バター じゃがいも	ほたて貝柱生 むきえび 刻みのり ベーコン	にんにく パセリ たまねぎ にんじん 青ピーマン キャベツ コーン缶	牛乳 かりんとう	お茶 きなこおはぎ
20 木	肉野菜炒め たまごスープ 麦ごはん	米 麦 油 さとう	豚も肉 卵 生わかめ	しょうが にら キャベツ しめじ 青ピーマン にんじん たまねぎ トマト	牛乳 卵ボーロ	牛乳 さつま芋とりんご煮
21 金	豆腐とツナのハンバーグ 春雨スープ クロロール	クロロール パン粉(乾燥) 油 はるさめ(乾)	しほり豆腐 ツナ缶 卵 スキムミルク ベーコン	たまねぎ もやし にんじん チンゲンサイ コーン缶	牛乳 塩せんべい	ヤグルト ぶどう おかし
24 月	親子煮 酢みそあえ 味付け煮干 ごはん	米 油 さとう	鶏胸肉 味付け煮干 卵 刻みのり しらす干し ちくわ 生わかめ	にんじん だけのこ缶 たまねぎ えのきだけ 干し椎茸 グリンピース(冷凍) きゅうり	牛乳 クラッカー	牛乳 ふかしもち
25 火	魚の味噌煮 のっぺい汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう さといも かたくり粉 一口ゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが しめじ だいこん にんじん	牛乳 レーズンクッキー	お茶 焼きそば
26 水	ポークビーンズ スパゲティサラダ ミルクロール	ミルクロール さとう じゃがいも 油 スパゲティ マヨネーズ	大豆(水煮) 豚も肉 ツナ缶 チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) きゅうり 赤ピーマン	牛乳 小麦胚芽クッキー	なし クッキー
27 木	【誕生会】チキンライス エビフライ レタススープ ごはん	米 油 小麦粉 パン粉(乾燥)	鶏も肉 えび 卵 ほたて水無印詰	たまねぎ にんじん 青ピーマン キャベツ レタス コーン缶	牛乳 ぼんせんべい	紅茶 ケーキ
28 金	酢鶏 玉米湯(口伝) バターロール	バターロール さとう かたくり粉 油 いちごジャム ごま油	鶏も肉 牛乳	たまねぎ クリームコーン缶 にんじん 菜ねぎ だけのこ缶 干し椎茸 グリンピース(冷凍) パイン缶	牛乳 ごませんべい	パピコアイス ウエハース
29 土	【なかよし保育】 おたのしみランチ				牛乳 のり巻きせんべい	

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。

今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。

