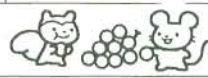


9 月 献 立 表

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 金	トンボーウ風 わかめスープ ヨーグルト 麦ごはん	米 麦 油 さとう かたくり粉 白ごま	豚も肉 豆腐 生わかめ ヨーグルト	キャベツ コーン缶 にんじん こまつな 根菜ねぎ えのきだけ もやし	オレンジジュース バームクーヘン	牛 乳 な し ラスク
2 土	【家族ふれあいの日】 ラーメン チーズ オレンジジュース	中華めん(生) ごま油	焼き豚 卵 チーズ	にんじん もやし 菜ねぎ オレンジジュース果汁100	牛 乳 コーンフレーク	
4 月	魚のごまチーズ揚げ ミネストローネ ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 かたくり粉 黒ごま 油 マカロニ じゃがいも	白身魚 粉チーズ 卵 ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん トマト セロリ パセリ	もも缶	牛 乳 塩せんべい
5 火	マーボー豆腐 ツナあえ 麦ごはん	米 麦 油 すりごま(白) さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶	にんにく ほうれんそう しょうが もやし にんじん たまねぎ 菜ねぎ キャベツ	牛 乳 ビスケット	牛 乳 巨峰 パイ菓子
6 水	イタリアンスパゲティ レタススープ みかん ロールパン	ロールパン スパゲティ 油	ウィンナー ほたて水煮缶詰	にんにく コーン缶 たまねぎ みかん にんじん レタス マッシュルーム缶 青ピーマン	牛 乳 豆おかし	ミルク クッキー
7 木	ゆかりごはん 里いもと肉の揚げ煮 白みそ汁 ごはん	米 かたくり粉 油 さといも さとう	鶏も肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し	ゆかり粉 さいゆいげん ほうれんそう かぼちゃ 菜ねぎ	牛 乳 ポップコーン	りんごジュース ウエハース
8 金	きのごしチュー りんごサラダ クロロール	クロロール 油 バター 小麦粉 サラダ油 さとう	鶏も肉 スキムミルク	たまねぎ キャベツ にんじん りんご まいだけ きゅうり しめじ コーン缶 マッシュルーム缶 ブロッコリー	牛 乳 おこし	カルピスソー のり巻きせんべい
9 土	【敬老のつどい】 まぜごはん いなりすし すまし汁 フルーツゼリー	米 さとう 糸こんにゃく ふ	かまぼこ 油揚げ 削り節	にんじん しいたけ みつば	発酵乳	
11 月	カレー肉じゃが ごぼうサラダ バターロール	バターロール じゃがいも 糸こんにゃく さとう 油 すりごま(白)	豚も肉 削り節 ちくわ ツナ缶	たまねぎ にんじん さいゆいげん キャベツ ごぼう	牛 乳 ポーロ	牛 乳 ビスケット
12 火	さつま揚げ 合わせみそ汁 ーロゼリー ごはん	米 さとう かたくり粉 油	いわしすり身 豆腐 卵 削り節 ひじき 油揚げ 生わかめ	しょうが 菜ねぎ にんじん もやし たまねぎ だいこん	牛 乳 塩せんべい	カラフル白玉
13 水	トマトソースハンバーグ コンソメスープ レズンロール	レズンロール かたくり粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも	豆腐 豚ひき肉 卵	たまねぎ キャベツ にんじん しめじ パセリ	発酵乳 小麦胚芽クッキー	牛 乳 かりんとう
14 木	豚肉となすのみそ炒め けんちん汁 ごはん	米 油 さとう	豚も肉 豆腐 油揚げ 削り節	しょうが だいこん だけの缶 ごぼう なす 干し椎茸 にんじん 青ピーマン 菜ねぎ 赤ピーマン	牛 乳 なし	ヤクルト ふかしもち
15 金	煮 魚 田舎汁 ーロゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも ーロゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが だいこん えのきだけ にんじん 菜ねぎ	牛 乳 クラッカー	ヨーグルト ごませんべい
16 土	【家族ふれあいの日】 とり南ばん 味付け煮干 フルーツゼリー	うどん(生) フルーツゼリー	鶏胸肉 生わかめ 刻みのり 削り節 味付け煮干	にんじん たまねぎ 干し椎茸 根菜ねぎ	牛 乳 あられ	
19 火	マーボー豆腐 ツナあえ 麦ごはん	米 麦 油 すりごま(白) さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶	にんにく ほうれんそう しょうが もやし にんじん たまねぎ 菜ねぎ キャベツ	牛 乳 ビスケット	牛 乳 巨峰 パイ菓子
20 水	ポテトサンド ごぼうのクリームスープ チーズ 食パン	食パン じゃがいも 油 バター クラッカー チーズ	ベーコン むきえび 牛乳 生クリーム チーズ	にんじん コーン缶 パセリ ごぼう えのきだけ	牛 乳 のり巻きせんべい	お 茶 きなこおはぎ
21 木	ゆかりごはん 里いもと肉の揚げ煮 白みそ汁 ごはん	米 かたくり粉 油 さといも さとう	鶏も肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し	ゆかり粉 さいゆいげん ほうれんそう かぼちゃ 菜ねぎ	牛 乳 ポップコーン	りんごジュース ウエハース
22 金	きのごしチュー りんごサラダ クロロール	クロロール 油 バター 小麦粉 サラダ油 さとう	鶏も肉 スキムミルク	たまねぎ キャベツ にんじん りんご まいだけ きゅうり しめじ コーン缶 マッシュルーム缶 ブロッコリー	牛 乳 おこし	発酵乳 のり巻きせんべい
25 月	カレー肉じゃが ごぼうサラダ バターロール	バターロール じゃがいも 糸こんにゃく さとう 油 すりごま(白)	豚も肉 削り節 ちくわ ツナ缶	たまねぎ にんじん さいゆいげん キャベツ ごぼう	牛 乳 ポーロ	牛 乳 ビスケット
26 火	さつま揚げ 合わせみそ汁 ごはん	米 さとう かたくり粉 油	いわしすり身 豆腐 卵 削り節 ひじき 油揚げ 生わかめ	しょうが ブドウ 菜ねぎ にんじん もやし たまねぎ だいこん	牛 乳 塩せんべい	カラフル白玉
27 水	トマトソースハンバーグ コンソメスープ レズンロール	レズンロール かたくり粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも	豆腐 豚ひき肉 卵	たまねぎ キャベツ にんじん しめじ パセリ	発酵乳 小麦胚芽クッキー	牛 乳 かりんとう
28 木	【誕生会】 いもご飯のおにぎり 鶏のから揚げ すまし汁 ごはん	米 さつまいも 黒ごま 油 かたくり粉 ふ	鶏も肉 豆腐 生わかめ 削り節	しょうが キャベツ たまねぎ 菜ねぎ	ヨーグルト	紅 茶 ケーキ
29 金	煮 魚 田舎汁 ーロゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも ーロゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが だいこん えのきだけ にんじん 菜ねぎ	牛 乳 クラッカー	ヨーグルト ごませんべい
30 土	【なかよし保育】 な か よ し ラ ン チ				フルーツゼリー	

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・乳児食をたべます。

