



9月献立表



★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	材料名	材料名
1	日					
2	月	牛乳 薄焼きせんべいなし	ごはん さばの味噌煮 三色酢の物 花麩のすまし汁	米 さば、生姜、味噌、砂糖、みりん 大根、人参、きゅうり、ごま、酢、醤油、砂糖 花麩、玉ねぎ、えのき、わかめ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節なし	牛乳 お茶 チーズ ケーキ	ホットケーキミックス クリームチーズ、レモン汁 砂糖、牛乳、ヨーグルト
3	火	牛乳 ごま ビスケット	冷やしうどん ズッキーニのフライ ささみのごま和え バナナ	うどん、きゅうり、かにかま、刻みのり、マヨドレ、醤油、みりん、塩、鰹節 ズッキーニ、パン粉、小麦粉、チーズ、塩、油 ささみ、キャベツ、豆苗、人参、ごま、醤油、砂糖、ごま油 バナナ	牛乳 お茶 そぼろ おにぎり	米 ホットケーキミックス 米、豚ミンチ、ごま、醤油 青のり、砂糖、みりん
4	水	牛乳 バナナ	ロールパン 豆乳マカロニグラタン ★ツナごぼうサラダ レタススープ グレープフルーツ	ロールパン 鶏肉、マカロニ、玉ねぎ、人参、パセリ、チーズ、豆乳、シチュールウ ごぼう、人参、きゅうり、ツナ、ごま、醤油、砂糖、酢 レタス、玉ねぎ、エリンギ、ベーコン、醤油、コンソメ、鶏ガラ グレープフルーツ	牛乳 お茶 ぶどう 寒天	牛乳 お茶 粉寒天、砂糖、桃缶 ぶどうジュース
5	木	牛乳 クラッカー	ごはん 鶏肉の香味焼き プロッコリーのおかか和え かいぼちやの味噌汁 オレンジ	米 鶏肉、長ねぎ、生姜、にんにく、醤油、みりん、ごま油 プロッコリー、人参、もやし、醤油、マヨドレ、鰹節 かいぼちや、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、鰹節 オレンジ	牛乳 お茶 ★シュー ラスク	米 お茶 食パン、マーガリン 砂糖
6	金	牛乳 ビスコ	誕生会メニュー	♪お楽しみメニュー	♪	
7	土	牛乳 せんべい	中華丼 わかめスープ バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、中華味、ごま油、片栗粉 わかめ、玉ねぎ、豆腐、醤油、中華味 バナナ	お茶 ポン菓子	
8	日					
9	月	牛乳 チーズ	ごはん マー婆ー豆腐 ★切干大根サラダ ごまじやが煮 グレープフルーツ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、細ねぎ、赤味噌、中華味、ごま油、片栗粉 切干大根、人参、きゅうり、ツナ、練りごま、醤油、砂糖、マヨドレ じやが芋、ごま、醤油、砂糖、みりん、鰹節 グレープフルーツ	牛乳 お茶 フルーチェ	牛乳 お茶 フルーチェ、牛乳
10	火	牛乳 ミレー ビスケット	ごはん さくさくお魚フライ ひじきの華風和え 厚揚げの味噌汁 オレンジ	米 赤魚、小麦粉、パン粉、塩、ソース、油 ひじき、人参、チンゲン菜、もやし、コーン、酢、醤油、砂糖、ごま油、ごま 玉ねぎ、白菜、厚揚げ、しめじ、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ	牛乳 お茶 くるくる ソーセージ	牛乳 お茶 ホットケーキミックス ウインナー、卵、ごま
11	水	牛乳 薄焼きせんべい	なすのミートスパゲティー さつぱりピクルス さつま芋のママレード煮 キウイフルーツ	スパゲティー、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、なす、チーズ、ケチャップ、コンソメ、塩、油、片栗粉 きゅうり、人参、パブリカ、酢、砂糖、醤油 さつま芋、ママレード、砂糖 キウイフルーツ	牛乳 お茶 焼き おにぎり	牛乳 お茶 米、醤油、みりん、鰹節
12	木	牛乳 バナナ	麦ごはん うまからチキン ツナピロー和え 大根の味噌汁 りんご	米、押し麦 鶏肉、生姜、にんにく、醤油、みりん、ケチャップ、片栗粉、油 ピーマン、人参、ツナ、ごま、醤油、中華味 大根、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	牛乳 お茶 牛乳 ★ ココア スティック	牛乳 お茶 ホットケーキミックス マーガリン、砂糖、牛乳 ココア
13	金	牛乳 かぼちゃ ボーロ	ねぎ味噌肉丼 春雨マヨサラダ 中華スープ バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、細ねぎ、生姜、みりん、醤油、味噌 春雨、きゅうり、人参、ツナ、コーン、トマト、マヨドレ 玉ねぎ、エリンギ、にら、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	牛乳 お茶 ミルク トースト	牛乳 お茶 食パン、砂糖、マーガリン 牛乳、バニラエッセンス
14	土	牛乳 ハッピーターン	鶏ごぼうおにぎり 塩昆布和え さつま汁 オレンジ	米、鶏肉、ごぼう、人参、醤油、みりん、砂糖、鰹節 きゅうり、大根、塩昆布、ごま さつま芋、玉ねぎ、もやし、細ねぎ、味噌、鰹節 オレンジ	お茶 お茶 ラスク	

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	材料名	
15	日					
16	月		敬老の日			
17	火	牛乳 卵の花 クッキー	わかめごはん 満月蒸し オクラとトマトサラダ なめこ汁 りんご	米、ふりかけわかめ 卵、鶏ミンチ、人参、干し椎茸、ほうれん草、醤油、砂糖、みりん トマト、オクラ、コーン、人参、青じそドレッシング なめこ、玉ねぎ、大根、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	牛乳 お茶 牛乳 お月見ドーナツ	かぼちゃ、砂糖、牛乳 ホットケーキミックス お好み焼きの粉、にら
18	水	牛乳 ハッピーターン	ごはん 豚しゃぶのごま味噌かけ かぼちゃサラダ そうめんのすまし汁 オレンジ	米 豚肉、人参、豆苗、もやし、味噌、砂糖、酢、ごま、ごま油 かぼちゃ、きゅうり、かにかま、マヨドレ、塩 そうめん、玉ねぎ、人参、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 オレンジ	牛乳 お茶 牛乳 カルシウム、キャベツ、人参、桜エビ	お好み焼き牛乳、青のり、ソース
19	木	牛乳 畑のクラッカー	五穀米 じゃこ豆コロッケ コールスローサラダ 坦々味噌スープ なし	米、五穀米 じゃこ豆コロッケ コールスローサラダ 坦々味噌スープ なし	牛乳 お茶 牛乳 フルーツ	ヨーグルト、バナナ ヨーグルト、桃缶、パイント缶
20	金	牛乳 紅芋チップス	レーズンパン ささみのパン粉焼き ★小松菜のソテー さつま芋ポタージュ キウイフルーツ	レーズンパン ささみ、チーズ、パン粉、小麦粉、塩、マヨドレ、油 小松菜、人参、パブリカ、醤油、中華味、ごま油 さつま芋、玉ねぎ、パセリ、クルトン、牛乳、シチュールウ キウイフルーツ	牛乳 お茶 牛乳 ★きな粉 おはぎ	お茶 ★きな粉 砂糖、塩
21	土	牛乳 せんべい	ゆかりごはん 肉野菜炒め にらスープ バナナ	米、ゆかり 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ、焼き肉のタレ にら、玉ねぎ、コーン、醤油、中華味 バナナ	お茶 ゼリー	寒天パパ(りんご)
22	日		秋分の日			
23	月		振替休日			
24	火	牛乳 バナナ	ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き パンサンスー 豆腐のすまし汁 オレンジ	米 鶏肉、玉ねぎ、マヨドレ、味噌、みりん 春雨、人参、キャベツ、チングン菜、コーン、ごま、醤油、酢、砂糖、ごま油 豆腐、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 オレンジ	牛乳 牛乳 牛乳 スイートポテト	さつま芋、マーガリン 砂糖、ごま、牛乳
25	水	牛乳 ねじり棒	チーズカレーライス 元気サラダ 高野豆腐煮 バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、チーズ、カレールウ キャベツ、きゅうり、人参、パブリカ、トマト、ハム、マヨドレ、鰹節 高野豆腐、醤油、砂糖、みりん、鰹節 バナナ	牛乳 お茶 牛乳 ★ごませんべい	小麦粉、ごま、砂糖 塩、油
26	木	牛乳 じゃが芋チップス	ごはん さけの照り焼き ★れんこんとひじき和え かきたま味噌汁 なし	ごはん さけ、醤油、みりん、酒 ★れんこんとひじき和え かきたま味噌汁 なし	牛乳 お茶 牛乳 アップルトースト	食パン、りんご、砂糖 マーガリン、チーズ
27	金	牛乳 人参 せんべい	五目ラーメン 春巻き 納豆の磯香和え グレープフルーツ	中華麵、豚肉、玉ねぎ、もやし、人参、きくらげ、細ねぎ、醤油、中華味、ごま油、鶏ガラ 春巻きの皮、ささみ、コーン、青じそ、チーズ、塩、油 キヤベツ、小松菜、もやし、人参、納豆、もみのり、醤油 グレープフルーツ	牛乳 お茶 牛乳 マシュマロ	コーンフレーク、ココア マーガリン、マシュマロ
28	土	牛乳 ハッピーターン	ツナ昆布おにぎり 具だくさん味噌汁 オレンジ	米、ツナ、塩昆布、ごま 玉ねぎ、さつま芋、高野豆腐、細ねぎ、味噌、鰹節 オレンジ	お茶 せんべい	
29	日					
30	月	牛乳 きな粉 ウエハース	黒糖パン はんぺんのチーズフライ 白菜サラダ ミニストローネ キウイフルーツ	黒糖パン はんぺん、チーズ、パン粉、小麦粉、ソース、油 白菜、人参、豆苗、コーン、ごま、酢、醤油、砂糖 玉ねぎ、人参、じゃが芋、トマト、パセリ、コンソメ、ケチャップ、砂糖 キウイフルーツ	牛乳 お茶 牛乳 小松菜の米、小松菜、塩昆布 おにぎり	米、醤油、みりん

*保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。

*牛乳 3歳未満児／午前・午後 3歳以上児／午前のみ

