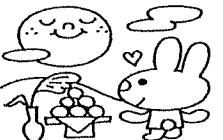




9月献立表



★カミカミメニュー

| 日曜日 | 午前おやつ | 献立名 | 材料名 | 午後おやつ | 材料名 |
|------|--------------------------|---|---|--------------------------------|---|
| 1 木 | 牛乳 薄焼き せんべい | つるつる麺 ★ちくわの磯辯揚げ ピーマンのカレー炒め バナナ | ひやむぎ、レタス、人参、豚肉、天かす、醤油、みりん、塩、鰹節、昆布 ちくわ、青のり、てんぶら粉、油 ピーマン、パプリカ、ツナ、カレー粉、中華味、ごま油 バナナ | 牛乳 お茶 ほうれん草 蒸しパン | ホットケーキミックス チーズ、砂糖、牛乳 チーズ、砂糖、牛乳 |
| 2 金 | 牛乳 バナナ | ごはん さばの味噌煮 ひじきの華風和え 麸のすまし汁 オレンジ | 米 さば、生姜、味噌、砂糖、みりん ひじき、人参、豆苗、もやし、コーン、ささみ、酢、醤油、砂糖、ごま油、ごま 麸、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 オレンジ | 牛乳 お茶 スイート ポテト | 牛乳 お茶 さつま芋、マーガリン 生クリーム、ごま、牛乳 |
| 3 土 | 牛乳 えびせん | 中華丼 豆腐スープ りんご | 米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、中華味、ごま油、片栗粉 豆腐、長ねぎ、しめじ、醤油、中華味 りんご | お茶 せんべい | うるち米、油、でん粉 |
| 4 日 | | | | | |
| 5 月 | 牛乳 ごま ビスケット バナナ | ロールパン まめまめハンバーグ トマトサラダ パンキンポタージュ | ロールパン 豚ミンチ、玉ねぎ、人参、水煮大豆、豆腐、パン粉、ケチャップ、中農ソース トマト、キャベツ、レタス、コーン、人参、青しそドレッシング かぼちゃ、玉ねぎ、パセリ、牛乳、シチュールウ バナナ | 牛乳 お茶 塩おにぎり きゅうり漬け | 牛乳 お茶 米、塩 きゅうり、米、塩 |
| 6 火 | 牛乳 ポーク | 誕生会メニュー | ♪お楽しみメニュー | ♪ | |
| 7 水 | 牛乳 チーズ | ごはん さけのホイル焼き 大根サラダ なすの味噌汁 オレンジ | 米 さけ、玉ねぎ、人参、しめじ、ピーマン、塩、ポン酢、マーガリン 大根、人参、豆苗、コーン、練りごま、マヨドレ なす、玉ねぎ、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ | 牛乳 お茶 フルーツ ヨーグルト | 牛乳 お茶 ヨーグルト、バナナ 桃缶、パイン缶 |
| 8 木 | 牛乳 野菜 せんべい | ごはん 香味焼きチキン ★小松菜の磯香和え 豆腐のすまし汁 なし | 米 鶏肉、長ねぎ、生姜、にんにく、味噌、みりん、ごま油 小松菜、人参、もやし、もみのり、醤油 豆腐、玉ねぎ、えのき、豆苗、醤油、塩、鰹節 なし | 牛乳 お茶 チーズの 包み揚げ | 牛乳 お茶 餃子の皮、チーズ、油 |
| 9 金 | 牛乳 大豆 スナック | ゆかりごはん 満月蒸し きゅうりとトマトの昆布和え さつま汁 りんご | 米、ゆかり 卵、鶏ミンチ、人参、干し椎茸、ほうれん草、醤油、砂糖、みりん きゅうり、トマト、塩昆布、ごま、ごま油 さつま芋、玉ねぎ、ごぼう、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご | 牛乳 お茶 おにぎり りんご | 牛乳 お茶 団子の粉、豆腐、かぼちゃ ★月見団子 醤油、砂糖、片栗粉 かぼちゃ、片栗粉 かぼちゃ団子 砂糖、醤油 |
| 10 土 | 牛乳 ねじり棒 | ハヤシライス 野菜スティック オレンジ | 米、牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ハヤシルウ きゅうり、人参、大根、マヨドレ、ケチャップ オレンジ | お茶 ゼリー | 牛乳 寒天パッ(青りんご) |
| 11 日 | | | | | |
| 12 月 | 牛乳 ひじき スティック | ピラフ あじのパン粉焼き ★さっぱりごぼうサラダ 豆乳スープ グレープフルーツ | 米、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、ベーコン、人参、醤油、コンソメ あじ、パン粉、パセリ、チーズ、マヨドレ、塩 ごぼう、人参、きゅうり、ささみ、醤油、砂糖、酢、ごま 玉ねぎ、じゃが芋、白菜、豆乳、醤油、中華味、鶏ガラ グレープフルーツ | 牛乳 お茶 スティック ラスク | 牛乳 お茶 食パン、ごま、砂糖 マーガリン、練りごま |
| 13 火 | 牛乳 ふかし芋 | ジャージャーうどん 揚げ餃子 キヤベツのごま和え なし | うどん、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、細ねぎ、赤味噌、中華味、ごま油 餃子、油 キヤベツ、もやし、かにかま、練りごま、醤油、砂糖、ごま油 なし | 牛乳 お茶 牛乳 お好みソース、中華味 | 牛乳 お茶 米、ツナ、にら、人参 玉ねぎ、ごま油 焼きめし |
| 14 水 | 牛乳 ごぼう スナック | ごはん 揚げ鶏のねぎソース スパゲッティサラダ なめこ汁 キウイフルーツ | 米 鶏肉、レタス、生姜、細ねぎ、醤油、酢、砂糖、片栗粉、油 サラダ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ なめこ、チンゲン菜、玉ねぎ、薄揚げ、味噌、煮干し キウイフルーツ | 牛乳 お茶 牛乳 さつま芋 ようかん | 牛乳 お茶 牛乳 さつま芋、棒寒天 砂糖、牛乳 |

| 日 | 曜日 | 午前おやつ | 献立名 | 材料名 | 材料名 |
|----|----|--------------------|---|--|---|
| 15 | 木 | 牛乳 豆乳 クッキー | 納豆丼 かぼちゃサラダ はんぺんのすまし汁 バナナ | 米、豚ミンチ、納豆、小松菜、生姜、みりん、醤油、砂糖 かぼちゃ、人参、きゅうり、チーズ、魚肉ソーセージ、トマト、マヨドレ 玉ねぎ、はんぺん、しめじ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 バナナ | 牛乳 お茶 バナナ ケーク |
| 16 | 金 | 牛乳 | ごはん 焼きししやも ひじきサラダ 肉じやが グレープフルーツ | 米 ししゃも ひじき、大根、人参、きゅうり、かにかま、醤油、砂糖、マヨドレ 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、糸こんにゃく、醤油、砂糖、みりん、鰹節 グレープフルーツ | 牛乳 お茶 ★ごぼう チップス |
| 17 | 土 | 牛乳 紅芋 チップス | 梅昆布ごはん 肉野菜炒め 厚揚げの味噌汁 オレンジ | 米、塩昆布、梅干し 豚肉、ピーマン、人参、玉ねぎ、キャベツ、オイスターソース、ごま油 厚揚げ、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ | お茶 ジャムサンド食パン、苺ジャム |
| 18 | 日 | | | | |
| 19 | 月 | | 敬老の日 | | |
| 20 | 火 | 牛乳 | 味噌ラーメン 肉団子のケチャップ和え ガーリックポテト | 中華麺、焼き豚、もやし、人参、コーン、細ねぎ、味噌、中華味、ごま油、鶏ガラ 肉団子、パプリカ、玉ねぎ、レタス、ごま、ケチャップ じゃが芋、パセリ、ガーリックバウダー、塩、油 | 牛乳 お茶 ★カリカリ ブリッツ |
| 21 | 水 | 牛乳 ミラー ビスケット | ごはん 赤魚の甘酢あんかけ ★れんこんサラダ 味噌スープ かき | 米 赤魚、玉ねぎ、人参、ピーマン、片栗粉、酢、醤油、砂糖、油 蓮根、きゅうり、人参、ささみ、醤油、砂糖、マヨドレ、ごま 長ねぎ、椎茸、チンゲン菜、豆腐、味噌、中華味 かき | 牛乳 お茶 フルーチェ(ミックスベリー) フルーチェ牛乳、ウエハース |
| 22 | 木 | 牛乳 | 食パン マカロニグラタン ほうれん草ソテー ^{かぶスープ} かぶスープ オレンジ | 食パン 鶏肉、マカロニ、玉ねぎ、人参、牛乳、シチュールウ、パセリ ほうれん草、人参、パプリカ、ベーコン、醤油、ごま油 かぶ、玉ねぎ、豆苗、醤油、中華味、鶏ガラ オレンジ | 牛乳 お茶 きな粉 おはぎ |
| 23 | 金 | | 秋分の日 | | |
| 24 | 土 | 牛乳 | おにぎり 白菜漬け 具だくさん味噌汁 りんご | 米、鮭フレーク、ゆかり、ごま 白菜、人参、塩昆布、ごま油 豚肉、大根、玉ねぎ、さつま芋、細ねぎ、味噌、煮干し りんご | お茶 ポン菓子 うるち米、水飴、醤油 |
| 25 | 日 | | | | |
| 26 | 月 | 牛乳 海藻 せんべい | 牛丼 ★カミカミサラダ 中華スープ バナナ | 米、牛肉、玉ねぎ、白菜、人参、チンゲン菜、糸こんにゃく、醤油、砂糖、鰹節 さきいか、きゅうり、人参、キャベツ、酢、醤油、砂糖、ごま油、ごま 春雨、長ねぎ、しめじ、にら、中華味、醤油、鶏ガラ バナナ | 牛乳 お茶 アップル スコーン |
| 27 | 火 | 牛乳 | 菜めし つくねの照り焼き ネバネバ和え かきたま なし | 米、かぶの葉、塩、ごま 鶏ミンチ、玉ねぎ、蓮根、人参、豆腐、片栗粉、味噌、みりん、砂糖、レタス 納豆、キャベツ、オクラ、人参、もみのり、醤油 卵、玉ねぎ、エリンギ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 なし | 牛乳 お茶 ぶどう ゼリー 桃缶 |
| 28 | 水 | 牛乳 人参 せんべい | カレーライス ブロッコリーサラダ 刻み昆布煮 りんご | 米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、なす、カレールウ ブロッコリー、人参、かにかま、酢、醤油、砂糖 刻み昆布、さつま揚げ、ごま、醤油、砂糖、鰹節 りんご | 牛乳 お茶 チーズ ケーク |
| 29 | 木 | 牛乳 バナナ | ごはん さばの竜田揚げ 元気サラダ 大根の味噌汁 オレンジ | 米 さば、醤油、みりん、生姜、片栗粉、油 キヤベツ、きゅうり、人参、トマト、ハム、醤油、酢、砂糖、鰹節 大根、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ | 牛乳 お茶 ジャムサンド食パン、苺ジャム |
| 30 | 金 | 牛乳 きな粉 ウエハース | スパゲッティナポリタンスパゲッティ、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、中濃ソース、ケチャップ、コンソメ、塩、油 白菜とツナサラダ かぼちゃ煮 バナナ | スパゲッティナポリタンスパゲッティ、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、中濃ソース、ケチャップ、コンソメ、塩、油 ツナ、白菜、人参、豆苗、コーン、マヨドレ かぼちゃ、醤油、砂糖、鰹節 バナナ | 牛乳 お茶 ★カリカリ 大学芋 |

※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

