

《9月の献立表》

日(曜日)	主食	主 菜	副 菜	汁など	未満児 朝おやつ	全園児 おやつ
月 14.28	ごはん	肉豆腐	きゅうりとワカメの酢物	味噌汁	牛乳 ムーンライ ト	ゼリー せんべい
	ビタミン強化米	牛肉、焼き豆腐、玉ねぎ、人参、えのき、ねぎ	きゅうり、わかめ、ちくわ、コーン缶、酢	玉ねぎ、キャベツ、ねぎ		水、寒天 せんべい
火 1.15	ごはん	ごまのお肉	もやしときゅうりの中華和え	すまし汁	牛乳 クッキー	牛乳 ツナコーントースト
	ビタミン強化米	鶏肉、すりごま	もやし、きゅうり、わかめ、人参 かにかま、ごま油	小松菜、えのき、人参		牛乳 食パン、ツナ、コーン缶、マヨネーズ
水 2.16	ごはん	魚の西京焼き	小松菜納豆和え	すまし汁	牛乳 せんべい	牛乳 ポンデケーション
	ビタミン強化米	タラ、みそ	小松菜、人参、ひきわり納豆	かまぼこ、しめじ、たまねぎ 小ねぎ		牛乳、白玉粉、水、小麦粉、ベーキングパウダー、粉チーズ
木 3.17	ごはん	鶏のマーマレード焼き	ほうれん草ごま和え	味噌汁	牛乳 棒チーズ	じゃこおにぎり
	ビタミン強化米	鶏肉、しょうが、にんにく、マーマレード	ほうれん草、人参、コーン、もやし、すりごま	たまねぎ、油揚げ、わかめ、ねぎ		ビタミン強化米、しらす干し
金 4.18	ごはん	カレーライス	マカロニサラダ	オレンジ	牛乳 せんべい	バナナヨーグルト
	ビタミン強化米	牛肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ カレールウ	マカロニ、人参、きゅうり、玉ねぎ、ハム、マヨネーズ、コーン缶	オレンジ		バナナ、ヨーグルト
土 5.19	ごはん	スタミナ丼	昆布サラダ		牛乳 クッキー	牛乳 パン
	ビタミン強化米	豚肉、人参、玉ねぎ、もやし、ニラ にんにく、しょうが	きゅうり、人参、塩昆布			牛乳 パン
月 7	ごはん	豚肉のごま味噌炒め	ブロッコリーの中華和え	コンソメスープ	牛乳 ビスケット	じゃがりこ
	ビタミン強化米	豚肉、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、人参、しめじ	ブロッコリー、コーン、ツナ缶	鶏コマ、キャベツ、人参、しいたけ		じゃが芋、ミックスベジタブル、片栗粉、油
火 8.29	ごはん	魚のあんかけ	もやしと人参の胡麻和え	味噌汁	お茶 ヨーグルト	牛乳 チュロス
	ビタミン強化米	タラ、小麦粉、油 玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、油、片栗粉	もやし、人参、きゅうり、コーン、ごま	たまねぎ、キャベツ、ねぎ		ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、油、
水 30	めん	冷やしうどん	切干大根とひじきのサラダ	バナナ	牛乳 せんべい	わかめおにぎり
	うどん麺	油揚げ、ねぎ、かまぼこ、わかめ	切干大根、ひじき、人参、きゅうり、ちくわ、チーズ、コーン、マヨネーズ	バナナ		ビタミン強化米 炊き込みわかめ、ごま
木 10.24	ごはん	鮭の塩焼き	ポテトサラダ	味噌汁	牛乳 棒チーズ	牛乳 マカロニきな粉
	ビタミン強化米	鮭	じゃが芋、きゅうり、人参、ツナ缶、マヨネーズ、塩	大根、もやし、えのき、ねぎ		牛乳 マカロニ、きな粉
金 11.25	ごはん	鶏の照り焼き	コーンサラダ	もずくスープ	牛乳 クッキー	11日牛乳 お麩ラスク 25日お月見だんご
	ビタミン強化米	鶏肉、しょうが、にんにく、	コーン缶、レタス、きゅうり、酢	もずく、人参、豆腐、ねぎ		11日牛乳、お麩、バター 25日さつま芋、豆腐、片栗粉
土 12.26	めん	きのこスパゲティ	きゅうりのゆかり和え		牛乳 せんべい	牛乳 りんご、せんべい
	スパゲッティ	スパゲティ、玉ねぎ、えのき、しめじ、ベーコン、きざみのり	きゅうり、しそふりかけ			牛乳 りんご、せんべい
誕生会 9	ふりかけ ごはん	エビフライ (オーロラソース)	ブロッコリーのごま酢和え	味噌汁	牛乳 ビスコ	牛乳 マドレーヌ
	ビタミン強化米	えび、小麦粉、卵、パン粉、マヨネーズ、ケチャップ	ブロッコリー人参、ツナ缶、コーン、ごま	豆腐、わかめ、油揚げ、ねぎ		牛乳 卵、小麦粉ベーキングパウダー、バター

魚の種類など食材調達の都合により変更する場合があります。
調味料など枠の幅の都合で入力を省いている箇所があります。ご了承ください。

