幼　児

９月の献立

ところっこ保育園

日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
1	水	昼食	牛乳	ごはん 鮭のマヨコーン焼き カレーきんぴら かきたまスープ	米 鮭・コーン・マヨネーズ・塩 じゃがいも・人参・ごま油・砂糖・醤油・カレー粉 玉葱・人参・小松菜・卵・昆布だし・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	黒糖蒸しパン	牛乳・黒糖・卵・リンゴ酢・はちみつ・小麦粉・黒ゴマ
2	木	昼食	牛乳	五穀ごはん 筑前煮 豆苗ベーコン炒め 味噌汁	米・白麦・もちきび・もちあわ・アマランサス・いりごま 鶏もも・人参・筍・蒟蒻・ごぼう・蓮根・高野豆腐・絹さや・しいたけ 醤油・砂糖・酒・味醂・ごま油・鰹昆布だし 豆苗・ベーコン・ごま油・ニンニク・醤油 大根・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌□
		おやつ	麦茶	お好み焼き	小麦粉･ベーキングパウダー･塩･昆布だし･豚肉･キャベツ･コーン･中濃ソース･マヨネーズ･青のり
3	金	昼食	牛乳	ひじきごはん タラの和風彩りあんかけ ごまとじゃこの粉ふき芋 味噌汁 果物	米・ひじき・人参・油揚げ・醤油・みりん・酒・塩・砂糖 魚・塩・片栗粉・サラダ油・ピーマン・人参・しめじ・鰹昆布だし・醤油・みりん・砂糖 じゃが芋・しらす・いりごま・塩 豆腐・わかめ・味噌・鰹昆布だし バナナ
		おやつ	麦茶	肉まん	小麦粉・砂糖・塩・ベーキングパウダー・サラダ油・豚挽き肉・玉葱 オイスターソース・ごま油・生姜・片栗粉
4	土	昼食	麦茶	豚丼 味噌汁	米・豚肉・玉葱・生姜・鰹昆布だし・醤油・砂糖・みりん キャベツ・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	蒸しパン	蒸しパン
6	月	昼食	牛乳	ごはん 豚野菜炒め サラダ菜 白和え すまし汁	米 豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・酒・鶏ガラだし・塩・醤油・砂糖 サラダ菜 木綿豆腐・ほうれん草・人参・椎茸・こんにゃく・すりごま・砂糖・醤油 麩・長葱・えのき・鰹昆布だし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	ジャムサンド	食パン・いちごジャム
7	火	昼食	牛乳	トマトパスタ チキンナゲット きのこの生姜スープ 果物	スパゲティ・トマト・ニンニク・ベーコン・オリーブオイル・塩・コンソメ 鶏挽き肉・卵・酒・醤油・マヨネーズ・小麦粉・塩・サラダ油 えのき・しめじ・生姜・ごま油・鶏ガラだし・オイスターソース・塩 キウイ
		おやつ	麦茶	おかかおむすび	米・鰹節・醤油
8	水	昼食	牛乳	ごはん じゃが芋のミートローフ キャベツサラダ 春雨とろとろスープ	米 豚挽き肉・ベーコン・玉葱・じゃが芋・パン粉・牛乳・卵・塩 キャベツ・胡瓜・竹輪・白ごま・マヨネーズ・塩 豚挽き・春雨・白菜・人参・白ごま・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	バナナケーキ	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油・牛乳・バナナ
9	木	昼食	麦茶	**【重陽の節句】** 鮭ちらし寿司 鶏の天ぷら 菊と青菜の胡麻和え すまし汁	 米・酢・砂糖・塩・鮭・きゅうり・乾椎茸・コーン・醤油・砂糖・塩・油 鶏ささみ・天ぷら粉・塩・サラダ油 ほうれん草・菊・すりごま・醤油・砂糖 豆腐・ねぎ・三つ葉・鰹昆布だし・しょうゆ・塩
		おやつ	牛乳	フルーツきんとん	さつまいも・リンゴ・砂糖・塩
10	金	昼食	牛乳	エビピラフ 鶏肉のソテー お豆たっぷりコーンサラダ トマト オニオンスープ	米・ハム・えび・玉葱・人参・ピーマン・マーガリン・塩・コンソメ 鶏もも肉・マーガリン・塩・ニンニク 大豆・キャベツ・胡瓜・ツナ・コーン・マヨネーズ トマト 玉葱・パセリ・コンソメ・オリーブ油
		おやつ	麦茶	焼きそば	中華麺・キャベツ・玉葱・人参・サラダ油・ウスターソース・中濃ソース
11	土	昼食	麦茶	ハヤシライス 果物	米・豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ハヤシルウ・ケチャップ バナナ
		おやつ	麦茶	ゼリー・クラッカー	ぶどうジュース・ゼラチン クラッカー
13	月	昼食	牛乳	ごはん 肉じゃが わかめときゅうりの酢の物 納豆 味噌汁	米 豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・白滝・いんげん・醤油・みりん・砂糖 わかめ・胡瓜・しらす・酢・鰹昆布だし・塩・砂糖 納豆・醤油・鰹昆布だし・砂糖 大根・油揚げ・ねぎ・味噌・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	じゃこトースト	食パン・しらす・青のり・マヨネーズ
14	火	昼食	牛乳	わかめごはん 鶏の唐揚げ マカロニサラダ 味噌汁 果物	米・炊き込みわかめの素 鶏もも肉・ 酒・醤油・生姜・ニンニク・マヨネーズ・片栗粉・サラダ油 マカロニ・胡瓜・コーン・ハム・マヨネーズ・塩 キャベツ・えのきたけ・味噌・鰹昆布だし デラウエア
		おやつ	梅ジュース	甘納豆蒸しパン	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳・油・甘納豆

日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
15	水	昼食	牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツ添え 青のりポテト 味噌汁	米 豚肉・玉葱・生姜・ニンニク・醤油・みりん・酒・ケチャップ・塩 キャベツ・鶏ガラだし・ごま油・塩 じゃがいも・青のり・塩・油 なす・ねぎ・味噌・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	クッキー	小麦粉・砂糖・マーガリン・牛乳
16	木	昼食	牛乳	チキンカレー 海藻サラダ 果物	米・鶏もも肉・玉葱・人参・じゃが芋・ニンニク・ケチャップ・サラダ油・カレールゥ キャベツ・人参・胡瓜・ひじき・わかめ・鰹昆布だし・みりん・リンゴ酢・塩・醤油 柿
		おやつ	麦茶	ヨーグルト・コーンフレーク	ヨーグルト・砂糖・コーンフレーク
17	金	昼食	牛乳	コストコパン メルルーサフライ（タルタルソース添え） ソテー＆グラッセ ミネストローネ	コストコパン 魚・塩・小麦粉・パン粉・サラダ油・玉ねぎ・卵・マヨネーズ・塩 ほうれん草・ベーコン・コーン・マーガリン・塩・人参・砂糖・マーガリン トマト・キャベツ・じゃが芋・人参・ベーコン・マーガリン・塩・コンソメ
		おやつ	麦茶	塩むすび	米・塩
18	土	昼食	麦茶	親子丼 味噌汁	米・鶏もも肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・砂糖・みりん・卵 ジャガイモ・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	せんべい バナナ	せんべい バナナ
20	月	敬老の日			
21	火	昼食	麦茶	**【十五夜】** ごはん かぼちゃコロッケ キャベツサラダ ミニトマト 味噌汁 果物	米 かぼちゃ・牛ひき肉・塩・小麦粉・パン粉・サラダ油・中濃ソース キャベツ・胡瓜・竹輪・白ごま・マヨネーズ・塩 ミニトマト なめこ・豆腐・味噌・鰹昆布だし リンゴ
		おやつ	牛乳	お米の団子 （みたらし＆あんこ）	米・醤油・片栗粉・小豆・砂糖
22	水	昼食	牛乳	もち麦ごはん 赤魚の煮付け 豆苗ベーコン炒め 味噌汁	米・もち麦 魚・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 豆苗・ベーコン・ごま油・ニンニク・醤油 じゃがいも・玉ねぎ・味噌・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	フライドポテト	じゃがいも・油・塩
23	木	秋分の日			
24	金	昼食	牛乳	ビビンバ丼 韓国風サラダ わかめスープ	米・豚肉・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜・もやし・人参・小松菜・ごま油・ごま サニーレタス・玉葱・胡瓜・トマト・すりごま・醤油・砂糖・酢・ごま油 わかめ・玉葱・いりごま・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	コーン蒸しパン	小麦粉・砂糖・塩・ベーキングパウダー・サラダ油・牛乳・コーン
25	土	昼食	麦茶	焼きうどん スープ ジュース	うどん・豚肉・玉葱・キャベツ・ピーマン・ごま油・醤油・酒・鰹節 キャベツ・人参・玉葱・コンソメ・醤油 リンゴジュース
		おやつ	麦茶	ふかし芋	さつまいも
27	月	昼食	牛乳	ごはん 鶏の照り焼き 青菜のおかか和え さつま芋の甘煮 味噌汁	米 鶏肉・片栗粉・しょうゆ・酒・みりん・上白糖 ほうれん草・人参・鰹節・醤油 さつまいも・鰹昆布だし・塩・砂糖 麩・わかめ・ねぎ・味噌・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	アメリカンドッグ	ウインナー・小麦粉・砂糖・塩・ベーキングパウダー・マヨネーズ・卵・牛乳・ケチャップ
28	火	昼食	牛乳	肉汁うどん 納豆入り磯辺揚げ 果物	うどん・豚肉・長葱・小松菜・ごま油・鰹昆布だし・酒・塩・醤油 ちくわ・納豆・てんぷら粉・青のり・塩・サラダ油 梨
		おやつ	麦茶	鮭おにぎり	米・鮭・塩
29	水	昼食	牛乳	ごはん タラのムニエル かぼちゃとベーコンの炒め物 きのこの生姜スープ	米 魚・マーガリン・ニンニク・塩 かぼちゃ・ベーコン・ニンニク・塩・オリーブ油 えのき・しめじ・生姜・ごま油・鶏ガラだし・オイスターソース・塩
		おやつ	麦茶	スコーン（ジャム添え）	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・マーガリン・牛乳・いちごジャム
30	木	昼食	牛乳	大豆入りじゃこごはん 豚バラと大根の煮物 ポテトサラダ 味噌汁	米・大豆・人参・しらす・醤油・みりん・酒・塩・砂糖 豚肉・大根・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・砂糖 じゃが芋・人参・胡瓜・コーン・卵・ハム・マヨネーズ・塩 白菜・えのきたけ・味噌・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	ゼリー・クラッカー	ぶどうジュース・ゼラチン・砂糖・クラッカー