

9月 献立表



	献立 (未満児主食)	10時のおやつ	3時のおやつ	体を作る	調子を整える	熱や力になる
2月	カレー (ご飯) 元気サラダ ヤクルト	牛乳 お菓子	牛乳 餃子まん	牛乳 ハム かつお節 水晶昆布 卵	キャベツ 胡瓜 人参 コーン	カレー 醤油 油 酢 砂糖 塩 ヤクルト 蒸しパン粉 バター 餃子
3火	肉じゃが (ご飯) 春雨スープ 梨	牛乳 ゼリー	牛乳 フルーツムース	牛乳 牛肉 豚肉	玉葱 人参 牛蒡 干し椎茸 もやし ネギ 梨 バナナ みかん缶 パイン缶	じゃが芋 糸蒟蒻 油 塩 醤油 砂糖 みりん 中華だし ごま油 春雨 フルーチェ
4水	煮魚 (ご飯) 梅和え 味噌汁	牛乳 チーズ	牛乳 お菓子	牛乳 鯖 かつお節 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	生姜 胡瓜 玉葱 ネギ	醤油 みりん 砂糖 酒 練り梅
5木	五目厚焼き卵 (鮭ご飯) おかか和え 味噌汁 バナナ	牛乳 ゼリー	牛乳 アーモンドビスケット	牛乳 鶏ミンチ 卵 かつお節 油揚げ 味噌 卵	玉葱 人参 コーン 干し椎茸 キャベツ 胡瓜 ネギ バナナ	塩 砂糖 醤油 じゃが芋 小麦粉 バター ベーキングパウダー アーモンドスライス アーモンド粉
6金	がんもどき (ご飯) 冬瓜と野菜のスープ 一口ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳 菓子パン	牛乳 鶏ミンチ 豆腐 ごま 卵 ベーコン	グリーンピース 人参 蓮根 干し椎茸 生姜 冬瓜 キャベツ コーン オクラ パセリ	塩 醤油 砂糖 片栗粉 油 コンソメ こしょう 一口ゼリー 菓子パン
7土	ちゃんぽん 牛乳 オレンジ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 豚肉 かまぼこ 竹輪 天ぷら	玉葱 人参 キャベツ もやし ネギ オレンジ	ちゃんぽん麺 中華だし 醤油 ソース 塩 こしょう
9月	リクエストメニュー 魚の塩焼き (ご飯) ひじきの炒り煮 味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳 あべかわマカロニ	牛乳 白身魚 ひじき 油揚げ 味噌 きな粉	人参 いんげん 玉葱 茄子 ネギ	塩 油 醤油 みりん 砂糖 麩 マカロニ
10火	大豆入りお煮付け (ご飯) すまし汁 オレンジ	牛乳 ゼリー	牛乳 豆腐のチヂミ	牛乳 牛肉 大豆 かまぼこ わかめ しらす干し ごま 豆腐 豆乳	人参 玉葱 牛蒡 いんげん えのき ネギ オレンジ ニラ	じゃが芋 油 醤油 砂糖 みりん 塩 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー ごま油 酢
11水	ポテトグラタン (パン) たたき胡瓜 もやしとハムのスープ	牛乳 チーズ	お茶 切干おにぎり	牛乳 鶏肉 生クリーム とろけるチーズ ごま ハム 油揚げ	玉葱 人参 胡瓜 もやし キャベツ 切干大根	じゃが芋 マカロニ 小麦粉 バター コンソメ 塩 パン粉 酢 砂糖 醤油 中華だし ごま油 米 酒 みりん
12木	麻婆茄子 (ご飯) ナムル パイン	牛乳 ゼリー	ジョア お菓子	牛乳 合挽ミンチ 赤味噌 ハム ごま	玉葱 人参 干し椎茸 竹の子 生姜 にんにく 茄子 もやし 胡瓜 パイン缶	中華だし 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 酢 ごま油 塩
13金	唐揚げ (ご飯) マカロニサラダ 味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 鶏肉 ハム 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	生姜 にんにく 胡瓜 人参 玉葱 ネギ レーズン	酒 塩 こしょう 片栗粉 油 マカロニ マヨネーズ 黒糖蒸しパン粉
14土	和風スパゲティー 飲むヨーグルト バナナ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 鶏肉 飲むヨーグルト	玉葱 人参 しめじ えのき エリンギ ほうれん草 にんにく バナナ	スパゲティー麺 油 醤油 コンソメ 塩 酒
17火	鶏のオレンジ焼き (ご飯) シルバーサラダ すまし汁	牛乳 お菓子	お茶 じゃこ菜おにぎり	鶏肉 ハム かまぼこ しらす干し	生姜 にんにく 胡瓜 人参 えのき ネギ	醤油 マーメイド 春雨 マヨネーズ 塩 酢 砂糖 米 混ぜ込みわかめ
18水	竹輪の二色揚げ (ご飯) 切干大根の胡麻和え 納豆 味噌汁	牛乳 ゼリー	牛乳 豆乳もち	牛乳 竹輪 卵 青のり 粉チーズ シーチキン すりごま 納豆 油揚げ 味噌 豆乳 きな粉	切干大根 胡瓜 人参 キャベツ 玉葱 ネギ	小麦粉 カレー粉 油 砂糖 醤油 塩 片栗粉
19木	食育の日 雑穀ご飯 焼きししゃも ひじきと大豆の煮物 味噌汁 梨	牛乳 チーズ	牛乳 黒ごまチーズパン	牛乳 ししゃも 大豆 ひじき 油揚げ わかめ 味噌 卵 スキムミルク とろけるチーズ 黒ゴマ	人参 いんげん 玉葱 南瓜 ネギ 梨	米 雑穀米 油 醤油 みりん 砂糖 小麦粉 強力粉 イースト バター
20金	ハヤシライス (ご飯) ハムサラダ バナナ	牛乳 お菓子	お茶 アイス・お菓子	牛乳 牛肉	玉葱 人参 しめじ えのき マッシュルーム トマト缶 胡瓜 コーン バナナ	油 ハヤシルー 酢 砂糖 塩 こしょう ジョア アイス
21土	親子うどん 牛乳 オレンジ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 鶏肉 かまぼこ 卵	玉葱 人参 干し椎茸 ネギ オレンジ	うどん麺 塩 醤油 みりん
24火	筑前煮 (ご飯) かきたま汁 バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 鶏肉 高野豆腐 卵	蓮根 人参 牛蒡 干し椎茸 グリーンピース 玉葱 えのき ネギ バナナ	蒟蒻 里芋 油 醤油 みりん 砂糖 塩 片栗粉
25水	運動会リハーサル① ポークカレー (ご飯) 野菜サラダ ヨーグルト	牛乳 チーズ	棒ジュース ぶどうゼリー	牛乳 豚肉 とろけるチーズ ヨーグルト	玉葱 南瓜 人参 グリーンピース 生姜 にんにく りんご キャベツ 胡瓜 コーン みかん缶	じゃが芋 小麦粉 バター ソース カレー粉 塩 醤油 ケチャップ 油 ローリエ 酢 こしょう 鶏がらスープの素 棒ジュース ぶどうゼリーの素
26木	豚の生姜焼き (ご飯) 春雨の酢の物 わかめスープ	牛乳 ゼリー	牛乳 黒糖ラスク	牛乳 豚肉 ハム ごま わかめ きな粉 ごま	生姜 胡瓜 人参 玉葱 ネギ	醤油 みりん 砂糖 酒 春雨 酢 塩 コンソメ 食パン バター 黒砂糖
27金	魚のオランダ揚げ (ご飯) 昆布和え 味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳 バナナケーキ	牛乳 鯖 ごま 塩昆布 すりごま 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌 卵	キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 ネギ バナナ	片栗粉 油 酢 砂糖 醤油 酒 ホットケーキミックス バター ポッカレモン
28土	焼きそば 牛乳 バナナ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 豚肉 かまぼこ 竹輪 天ぷら	玉葱 人参 キャベツ もやし ネギ バナナ	焼きそば麺 ソース 油
30月	魚の味噌煮 (ご飯) 即席漬け すまし汁	牛乳 お菓子	牛乳 あべかわバナナ	牛乳 鯖 味噌 ごま きな粉	生姜 キャベツ 人参 胡瓜 玉葱 えのき しめじ ネギ バナナ	砂糖 醤油 みりん 酒 塩

※3時のおやつは赤字は、手作りおやつです。

9月1日は防災の日です～ローリングストック～

災害に備えた食料品などを、日常的に食べて買い足すことを繰り返しながら備蓄することをローリングストックといいます。普段から、缶詰やレトルト食品、水などを少し多めに備えておき、賞味期限をチェックしながら日常的に使って買い足していけば、無理なく備蓄できて、災害時には非常食として活用できます。保育所でも、ご飯やカレー、ビスケットや水、お茶などを備蓄しています。
*9/9の給食・おやつはひよこ組のリクエストメニューとなっています。

給食室・・・福田、上川、稲葉

