



9月分献立表

*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります
*このほかに0.1.2歳児は午前中に牛乳等のおやつがあります

| 日 | 曜 | 主食 | 副食 | | おやつ | 主な材料 |
|----|------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------|--------------------------|---|
| | | | 副菜 | 汁物 | | |
| 1 | 金 | 防災DAY アルファ化米 | | 具だくさん豚汁 | アルファ化米 わかめおにぎり 麦茶 | アルファ化米・ごま/ 豚モモ肉・豚バラ肉・人参・さつま芋・ごぼう・キャベツ・切干大根・こんにゃく・生揚げ・大豆小松菜・青のり/ アルファ化米(わかめ)・ごま/麦茶 |
| 2 | 16 土 | 鶏肉のごま味噌丼 | 豆腐の和風サラダ | 根菜たっぷり汁 | カップケーキ 牛乳 | 米・鶏モモ肉・人参・長葱・玉葱・コーン缶・大豆・焼き海苔・ごま/ 木綿豆腐・トマト・きゅうり・切干大根・しらす/ 大根・人参・ごぼう・長葱・油揚げ/ ホットケーキミックス・牛乳・みかん缶/牛乳 |
| 4 | 25 月 | ひき肉とキャベツの カレークリーム パスタ | さつま芋とりんごのサラダ | 里芋とベーコンの スープ | ひじきおにぎり 牛乳 | スパゲティ・豚挽肉・キャベツ・しめじ・人参・玉葱・にんにく・カレー粉 豆乳/レタス・さつま芋・きゅうり・りんご・ミニトマト・レモン/ 里芋・玉葱・人参・舞茸・ベーコン・万能葱/ 米・ひじき・鶏挽肉/牛乳 |
| 5 | 19 火 | ご飯 | 豆腐団子と白菜の中華煮 もやしと水菜のごまサラダ | おろしれんこんスープ | チーズマフィン 牛乳 | 米/木綿豆腐・豚挽肉・えび・長葱・生姜・白菜・人参・生椎茸・春雨/ もやし・ロースハム・きゅうり・水菜・わかめ・ミニトマト・ごま ごまペースト/れんこん・鶏モモ肉・えのき茸・しめじ・玉葱・小松菜/ 薄力粉・ベーキングパウダー・ベーコン・パルメザンチーズ・牛乳/牛乳 |
| 6 | 20 水 | ご飯 | ☆みそかつ 梅入り和ハーブサラダ | 雷汁 | ミレービスケット 草加せんべい 牛乳 | 米/豚モモ肉・卵・薄力粉・パン粉・キャベツ・ごま・赤みそ/ 切干大根・人参・きゅうり・トマト・大葉・コーン缶・水菜・自家製梅干し/ 木綿豆腐・鶏モモ肉・ごぼう・人参・小松菜/ ミレービスケット・草加せんべい/牛乳 |
| 7 | 21 木 | バターロール | 秋色ラタトゥウ レタスとパインのサラダ | ジュリエンスープ | 梨ゼリー 牛乳 | 食パン⇒アレルギー用パン/鶏モモ肉・ひよこ豆・玉葱・かぼちゃ・人参・なす さつま芋・れんこん・にんにく・トマトケチャップ・トマト缶/ レタス・アスパラガス・きゅうり・コーン缶・パイン缶・玉葱/ 人参・玉葱・えのき茸・キャベツ・ベーコン・パセリ/ 洋なし・白桃缶・寒天ミレービスケット・草加せんべい/牛乳 |
| 8 | 22 金 | 菊花栗ご飯 (22日 栗ご飯) | 長芋と豚肉の煮物 鶏肉とわかめのぬた | 茄子と野菜のみそ汁 | ふかし芋とくだもの 牛乳 | 米・栗・ごま・(9日食用菊) / 豚バラ肉・長芋・人参・玉葱・アスパラガス・白滝・万能葱・生姜/ 鶏胸肉・わけぎ・もやし・わかめ・油揚げ・はちみつ・からし/ なす・えのき茸・しめじ・玉葱・小松菜/さつま芋・巨峰/牛乳 |
| 9 | 30 土 | きのこ豚肉の 混ぜご飯 | わかめの中華サラダ | ひき肉と葱の中華スープ | カップケーキ 牛乳 | 米・豚ロース肉・しめじ・生椎茸・えのき茸・コーン缶・万能葱・にんにく/ わかめ・きゅうり・トマト・もやし/ 豚挽肉・長葱・人参・キャベツ・玉葱・ごま/ ホットケーキミックス・牛乳・かぼちゃ/牛乳 |
| 11 | 月 | お野菜牛丼 | 切干大根のサラダ | なすと玉葱のみそ汁 | 納豆のお好み焼き 牛乳 | 米・牛モモ肉・ごぼう・人参・玉葱・しめじ・こんにゃく・万能葱/ 切干大根・きゅうり・わかめ・トマト・水菜・しらす/ なす・玉葱・じゃが芋・えのき茸・油揚げ/ 薄力粉・納豆・キャベツ・人参・万能葱・かつお節・青のり・中濃ソース/牛乳 |
| 12 | 26 火 | ★クバーノ | キャベツとコーンのサラダ | 鶏肉とトマトのスープ | 焼きビーフン 牛乳 | コッペパン/豚ロース肉・オレンジジュース・にんにく・レモン・レタス ロースハム・スライスチーズ・マスタード・無塩バター/ キャベツ・人参・きゅうり・コーン缶/ 鶏モモ肉・じゃが芋・かぶ・かぶ菜・玉葱・人参・大豆・トマト缶/ ビーフン・豚挽肉・生椎茸・ニラ・人参・玉葱/牛乳 |
| 13 | 27 水 | ご飯 | さんまの塩焼き もやしとえのきの梅和え | ひつつみ汁 | かぼちゃスコーン 牛乳 | 米/さんま・大根・すだち/ もやし・きゅうり・えのき茸・自家製梅干し・かつお節/ 中力粉・鶏モモ肉・大根・人参・ごぼう・しめじ・白滝・小松菜/ 薄力粉・ベーキングパウダー・かぼちゃ・マーガリン/牛乳 |
| 14 | 28 木 | 梅玉あんかけうどん | れんこんと水菜のかき揚げ 大根とひじきのサラダ | | さつま芋もち 牛乳 | 乾麺・卵・自家製梅干し・大葉・みょうが・万能葱・しらす・玉葱/ 水菜・れんこん・玉葱・ツナ缶・薄力粉/ 大根・鶏胸肉・ひじき・レタス・マスタード/ さつま芋・上新粉・無塩バター/牛乳 |
| 15 | 29 金 | さつま芋カレー | 豆腐と海苔のサラダ | 押麦と人参のスープ | クラッシュゼリー ヨーグルト 麦茶 | 米・豚モモ肉・さつま芋・玉葱・人参・エリンギ・セロリ・にんにく・生姜 カレーフレーク/水菜・レタス・木綿豆腐・きゅうり・しらす・焼き海苔/ 鶏挽肉・玉葱・人参・かぶ・かぶ菜・枝豆・押し麦/ ヨーグルト・グレープジュース・寒天/麦茶 |