

2020年度 9月完了期 予定献立

かえて保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (火)	ごはん	米	牛乳 水ようかん/せんべい (こしあん、寒天、砂糖)	17日 (木)	冷やし中華	中華麺、豚ロース肉、きゅうり、プチトマト、卵、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま油	牛乳 カップケーキ (ホットケーキミックス、 砂糖、牛乳、レーズン)
	チーズハンバーグ	牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、ケチャップ、パン粉、塩、油			ほうれん草のツナ和え	ほうれん草、にんじん、ツナ缶、白ごま、しょうゆ、砂糖	
	ポテトサラダ	じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油			いりこ	いりこ	
	和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、ほうれん草、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			りんご	りんご	
2日 (水)	ごはん	米	牛乳 ジャムトースト (食パン、ジャム)	18日 (金)	ごはん	米	牛乳 梨/せんべい (梨、せんべい)
	鶏肉となすの炒めもの	鶏もも肉、なす、キャベツ、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん			牛肉と野菜の煮物	牛もも肉、たまねぎ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ	
	春雨サラダ	春雨、にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油			キャベツのサラダ	キャベツ、ツナ缶、きゅうり、酢、砂糖、塩	
	すまし汁	焼き鮭、えのき、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			チーズ	チーズ	
3日 (木)	りんご	りんご		りんご	りんご		
	サラダうどん	うどん、豚ロース肉、きゅうり、プチトマト、チンゲン菜、コーン缶、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖	牛乳 オレンジゼリー/ビスケット (みかんジュース、みかん缶、 アガー(寒天)、砂糖)	19日 (土)	豚丼	米、豚もも肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、かつお昆布だし	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
	かぼちゃのそぼろ煮	鶏ひき肉、かぼちゃ、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、油			きゅうりのサラダ	きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩	
	いりこ	いりこ			みそ汁	絹ごし豆腐、焼き鮭、かつお昆布だし、米みそ	
りんご	りんご						
4日 (金)	ごはん/ひじき納豆	米、納豆、ひじき、白ごま、しょうゆ	牛乳 枝豆のおにぎり (米、枝豆、塩)	21日 (月)	敬老の日		
	豚肉の生姜焼き	豚もも肉、たまねぎ、しょうが、砂糖、しょうゆ、油					
	キャベツのおかか和え	キャベツ、にんじん、かつおぶし、しょうゆ、みりん					
	みそ汁	絹ごし豆腐、うすあげ、わかめ、えのき、かつお昆布だし、米みそ					
5日 (土)	りんご	りんご		22日 (火)	秋分の日		
	チャーハン	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ				
	もやしの酢の物	もやし、白ごま、酢、砂糖、塩					
	和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩					
7日 (月)	ごはん	米		牛乳 わらびもち (わらび粉、きな粉、 砂糖、塩)	23日 (水)	ごはん	米
	鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、砂糖	冷しゃぶ			豚もも肉、キャベツ、きゅうり、もやし、プチトマト、米みそ、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	
	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ	かぼちゃの煮物			かぼちゃ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖	
	すまし汁	キャベツ、たまねぎ、焼き鮭、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	すまし汁			絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
8日 (火)	りんご	りんご		りんご	りんご		
	ごはん	米	お茶 フルーツヨーグルト/ウエハース (みかん缶、もも缶、バナナ、 ヨーグルト、砂糖)	24日 (木)	ごはん	米	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、 青のり)
	牛肉と野菜の煮物	牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、かつお昆布だし、しょうゆ			鯖の煮付け	鯖、にんじん、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖	
	キャベツとトマトのサラダ	キャベツ、きゅうり、トマト、酢、砂糖、塩、油			きんぴらごぼう	ごぼう、にんじん、いんげん、かつお昆布だし、白ごま、砂糖、しょうゆ、ごま油	
どうもろこし	どうもろこし	みそ汁			絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ		
9日 (水)	りんご	りんご		りんご	りんご		
	ごはん/手作りふりかけ	米、昆布、かつおぶし、白ごま、しょうゆ、砂糖	牛乳 豆腐ドーナツ (ホットケーキミックス、 バター、牛乳)	25日 (金)	きつねうどん	うどん、油揚げ、かまぼこ、ねぎ、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、酒	牛乳 ぶどう/せんべい (ぶどう、せんべい)
	鶏肉のさっぱり煮	鶏もも肉、しょうが、酢、砂糖、しょうゆ、酒			小松菜とひじきのさっぱり煮	小松菜、ひじき、ツナ缶、酢、みりん、しょうゆ、かつお昆布だし	
	にんじんともやしのごま和え	にんじん、もやし、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、油			さつまいもの甘煮	さつまいも、砂糖	
すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、はくさい、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	りんご			りんご		
10日 (木)	りんご	りんご		26日 (土) 運動発表会	三色丼	米、豚ミンチ、ほうれん草、にんじん、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、塩、油	
	野菜とわかめのうどん	うどん、にんじん、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、塩	もやしの酢の物		もやし、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、塩		
	切り干し大根の甘酢和え	切り干し大根、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、塩	みそ汁		絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ		
	粉ふきいも	じゃがいも、塩					
11日 (金)	りんご	りんご		28日 (月)	ごはん	米	牛乳 クラッカー/チーズ
	きのこごはん	米、鶏ミンチ、うすあげ、しめじ、エリンギ、まいたけ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん	肉じゃが		牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、いんげん、糸こんにゃく、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、塩		
	鯖の塩焼き	鯖、塩	野菜のごま和え		キャベツ、にんじん、もやし、白ごま、しょうゆ、みりん		
	きゅうりの酢の物	きゅうり、もやし、わかめ、しらす干し、酢、砂糖、塩	みそ汁		絹ごし豆腐、小松菜、焼き鮭、えのき、かつお昆布だし、米みそ		
12日 (土)	りんご	りんご		りんご	りんご		
	チキンライス	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ケチャップ、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	29日 (火)	ごはん	米	牛乳 のりしおチーズいもち (じゃがいも、片栗粉、塩、 青のり、ピザチーズ)
	キャベツのサラダ	キャベツ、ツナ缶、酢、砂糖、塩			厚揚げのツナチーズ焼き	厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、ピザチーズ、青のり	
	和風スープ	もやし、にんじん、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			トマトときゅうりのサラダ	トマト、きゅうり、わかめ、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、油	
		冬瓜スープ			とうがん、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、干ししいたけ、しょうゆ、塩、かつお昆布だし		
14日 (月)	りんご	りんご		30日 (水)	ごはん	米	牛乳 ジャムパン (ロールパン、いちごジャム)
	ごはん/納豆	米、納豆	牛肉とごぼうの炒め煮		牛もも肉、ごぼう、にんじん、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒		
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、じゃがいも、しょうゆ、みりん、砂糖	しろ菜のお浸し		しろ菜、ちりめんじゃこ、かつおぶし、しょうゆ、みりん		
	もやしの酢の物	もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、塩、白ごま	みそ汁		かぼちゃ、うすあげ、えのき、ねぎ、かつお昆布だし、米みそ		
15日 (火)	りんご	りんご		りんご	りんご		
	ごはん	米	牛乳 お昼のラスク (焼き鮭、砂糖、バター)	29日 (火)	焼鮭の南蛮漬け	鮭、たまねぎ、にんじん、水菜、酢、砂糖、しょうゆ、片栗粉、油	
	白和え	木綿豆腐、にんじん、ほうれん草、糸こんにゃく、ひじき、白ごま、米みそ、砂糖、しょうゆ					
	すまし汁	キャベツ、じゃがいも、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩					
りんご	りんご						
16日 (水) 誕生日会	りんご	りんご		30日 (水)	ごはん	米	牛乳 誕生日ケーキ (ホットケーキミックス、 牛乳、ビオネ、マスカット、 みかん缶)
	鶏肉の塩焼き	鶏もも肉、塩					
	コールスローサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、ミニトマト、酢、砂糖、油、塩					
	オニオンスープ	たまねぎ、もやし、ほうれん草、かつお昆布だし、塩、乾燥パセリ					

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※成長に合わせて手づかみ(コロコロ、スティック)野菜もメニューに入ります。
 ※食べたことのない食材に○を付けて担任に提出して下さい。

おりようりの部屋：河田・廣田より