

# 2020年度 9月後期 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)	軟飯	米	水ようかん/せんべい (こしあん、寒天、砂糖)	17日 (木)	豚肉と野菜のうどん	うどん、豚ロース肉、たまねぎ、にんじん、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ	カップケーキ (ホットケーキミックス、油)
	肉団子と野菜の煮物	合挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、かつお昆布だし、米みそ、片栗粉			ほうれん草のお浸し	ほうれん草、にんじん、しょうゆ	
	すまし汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ			スティック野菜	きゅうり	
	りんご	りんご			りんご	りんご	
2日 (水)	軟飯	米	ジャムトースト (食パン、ジャム)	18日 (金)	軟飯	米	梨/せんべい (梨、せんべい)
	鶏肉と野菜の煮物	鶏もも肉、なす、じゃがいも、キャベツ、かつお昆布だし、しょうゆ			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	
	春雨の和え物	春雨、にんじん、きゅうり、もやし、しょうゆ			キャベツのサラダ	キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、塩	
	すまし汁	焼き鮭、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ			チーズ	チーズ	
3日 (木)	りんご	りんご	オレシゼリー/ビスケット (みかんジュース、アガー(寒天)、砂糖)	19日 (土)	豚丼	米、豚もも肉、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、かつお昆布だし	市販菓子 チーズ バナナ
	豚肉と野菜のうどん	うどん、豚ロース肉、たまねぎ、チンゲン菜、かつお昆布だし、しょうゆ	きゅうりのサラダ		きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩		
	かぼちゃのそぼろ煮	かぼちゃ、鶏ひき肉、かつお昆布だし、しょうゆ	みそ汁		絹ごし豆腐、焼き鮭、かつお昆布だし、米みそ		
	スティック野菜	きゅうり					
4日 (金)	りんご	りんご	枝豆のおにぎり (米、枝豆、塩)	21日 (月)	敬老の日		
	軟飯/ひじき納豆	米、納豆、ひじき、白ごま、しょうゆ					
	豚肉の炒め煮	豚もも肉、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ					
	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					
5日 (土)	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	市販菓子 チーズ バナナ	22日 (火)	秋分の日		
	りんご	りんご					
	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					
	もやしの酢の物	もやし、白ごま、酢、砂糖、塩					
7日 (月)	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	きなこおはぎ (米、砂糖、きな粉)	23日 (水)	軟飯	米	焼きポテト (じゃがいも、油)
	魚と野菜の煮物	鯛、にんじん、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ			冷しゃぶ	豚もも肉、キャベツ、きゅうり、もやし、プチトマト、白ごま、米みそ、しょうゆ	
	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			かぼちゃの煮物	かぼちゃ、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖	
	りんご	りんご			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	
8日 (火)	りんご	りんご	フルーツヨーグルト/クエハース (バナナ、ヨーグルト、砂糖)	24日 (木)	軟飯	米	じゃこトースト (食パン、しらす干し、青のり)
	軟飯	米			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	
	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			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	
	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			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	フルーツ盛り合わせ (梨、ぶどう)	25日 (金)	きつねうどん	うどん、油揚げ、ねぎ、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ	ぶどう/せんべい (ぶどう、せんべい)
	軟飯/手作りふりかけ	米、昆布、かつおぶし、白ごま、しょうゆ、砂糖			小松菜とひじきのさっぱり煮	小松菜、ひじき、酢、しょうゆ、かつお昆布だし	
	鶏肉と野菜の煮物	鶏もも肉、キャベツ、じゃがいも、かつお昆布だし、しょうゆ			さつまいもの甘煮	さつまいも、砂糖	
	にんじんともやしのごま和え	にんじん、もやし、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ			りんご	りんご	
10日 (木)	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	そうめん (そうめん、きゅうり、かつお昆布だし、しょうゆ)	28日 (月)	軟飯	米	クラッカー/チーズ
	りんご	りんご			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、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖	
	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			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	
	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			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	
11日 (金)	りんご	りんご	フルーツ盛り合わせ (梨、ぶどう)	26日 (土) 運動発表会	みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	軟飯	米			りんご	りんご	
	鯖の塩焼き	鯖、塩					
	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					
12日 (土)	みそ汁	たまねぎ、オクラ、焼き鮭、かつお昆布だし、米みそ	ミルクゼリー/ビスケット (粉ミルク、ゼラチン、砂糖)	29日 (火)	軟飯	米	じゃがいももち (じゃがいも、片栗粉、塩、青のり)
	りんご	りんご			豆腐ステーキのトマトソースがけ	木綿豆腐、トマト、小麦粉、かつお昆布だし、片栗粉、油	
	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			冬瓜スープ	とうがん、鶏ひき肉、かつお昆布だし、しょうゆ	
	キャベツのサラダ	キャベツ、酢、砂糖、塩			スティック野菜	きゅうり	
14日 (月)	りんご	りんご	お麩のラスク (焼き鮭、砂糖、油)	30日 (水)	ごはん	米	ジャムパン (ロールパン、いちごジャム)
	軟飯/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	
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、じゃがいも、しょうゆ、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	
	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			かぼちゃ、うすあげ、えのき、かつお昆布だし、米みそ	りんご	
15日 (火)	みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、わかめ、焼き鮭、かつお昆布だし、米みそ	お麩のラスク (焼き鮭、砂糖、油)	誕生日ケーキ (ホットケーキミックス、油、ビオネ)	ゼリー	ゼリー	
	りんご	りんご					
	軟飯	米					
	焼魚	鯛					
16日 (水) 誕生日会	白和え	木綿豆腐、にんじん、ほうれん草、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					
	りんご	りんご					
	軟飯	米					
16日 (水) 誕生日会	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					
	りんご	りんご					

※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