

2023年度 9月普通食 予定献立

かえて保育園

承認印

日・曜	献立名	材 料	おやつ	日・曜	献立名	おやつ
1日 (金)	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 白和え すまし汁 ゼリー	米 鶏もも肉、卵、しょうが、酢、砂糖、しょうゆ、酒 木綿豆腐、ほうれん草、糸こんにゃく、ひじき、にんじん、しょうゆ、砂糖、みみそ はくさい、うすあげ、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 チーズトースト (食パン、マヨネーズ、 ピザチーズ)	18日 (月)	敬者の日	
2日 (土)	チキンライス キャベツのごま和え みそ汁	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、塩 キャベツ、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、みみそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	19日 (火)	煮ごはん 鮭の香味ソース焼き ポテトサラダ みそ汁 ゼリー	米、押し麦 鮭、小麦粉、しょうゆ、青ねぎ、ごま油、酢、砂糖、白ごま じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 絹ごし豆腐、たまねぎ、だいこん、ほうれん草、かつお節布だし、みみそ ゼリー
4日 (月)	きのこごはん 鮭の塩焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米、鶏むね肉、うすあげ、エリンギ、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん 鮭(乳児は替)、塩 ほうれん草、ごまつな、にんじん、納豆、しょうゆ 絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、みみそ ゼリー	牛乳 お菓子のラスク (焼き餅、バター、砂糖)	20日 (水)	ごはん/ひじき納豆 豚しゃぶサラダ すまし汁 ゼリー	米、ひじき、納豆、しょうゆ 豚肉、きゅうり、もやし、レタス、トマト、みみそ、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油、白ごま 絹ごし豆腐、うすあげ、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー
5日 (火)	四色丼 キャベツのごま酢和え みそ汁 ゼリー	米、鶏むね肉、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、わかめ、かつお節布だし、みみそ ゼリー	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖) 鹽のマスカット(幼児)	21日 (木)	ミートスパゲティ キャベツの甘酢和え 和風スープ ゼリー	スパゲティ、合い挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、トマト缶、コンソメ、ウスターソース、ケチャップ、塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 はくさい、うすあげ、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー
6日 (水)	カレーライス コールスローサラダ チーズ ゼリー(乳児さんは鹽のマスカット)	米、牛乳、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しめじ、りんご、カレールウ、油 キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 チーズ ゼリー	牛乳 こへいもち (米、みりん、砂糖、みみそ)	22日 (金)	マロー丼 きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 ゼリー	米、木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、みみそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 きゅうり、わかめ、ちりめんじゃこ、酢、砂糖、塩、油 うすあげ、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー
7日 (木)	冷やしきつねうどん もやしとコーンの和え物 いりこ ゼリー	うどん、うすあげ、かまぼこ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、もやし、とうもろこし、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 いりこ ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、 もも缶、みかん缶)	23日 (土)	秋分の日	
8日 (金)	ごはん/納豆 鮭のから揚げ わかめときゅうりの酢の物 みそ汁 ゼリー	米、納豆 鮭、しょうゆ、酒、しょうが、小麦粉、片栗粉、油 きゅうり、わかめ、ちりめんじゃこ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、うすあげ、ほうれん草、かつお節布だし、みみそ ゼリー	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、 豆乳、いちごジャム)	25日 (月)	ごはん/納豆 鮭の煮り焼き もやしのナムル とうがんスープ ゼリー	米、納豆 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん もやし、はくさい、にんじん、きゅうり、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 とうがん、鶏むね肉、干しいだけ、しょうが、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー
9日 (土)	ツナチャーハン もやしのサラダ 和風スープ	米、たまねぎ、にんじん、ツナ缶、コーン缶、しょうゆ、塩、ごま油 もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 そうめん、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	26日 (日) 誕生日会	ごはん/ふりかけ 鮭のから揚げ コロコロサラダ 和風スープ ゼリー	米、ゆかり、白ごま 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油 かぼちゃ、じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 たまねぎ、キャベツ、ベーコン、エリンギ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー
11日 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきのごまマヨネーズサラダ みそ汁 ゼリー	米 鶏もも肉、じゃがいも、しょうゆ、砂糖、みりん ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、白ごま、マヨネーズ、しょうゆ、塩 絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、かつお節布だし、みみそ ゼリー	牛乳 ジャムトースト (食パン、フルベリージャム)	27日 (水)	煮ごはん 豚肉となすの味噌炒め スパゲティサラダ すまし汁 ゼリー	米、押し麦 豚肉、なす、ピーマン、キャベツ、みみそ、しょうゆ、砂糖、みりん スパゲティ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 絹ごし豆腐、はくさい、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー
12日 (火)	ごはん 鮭の味噌煮 切り干し大根の甘酢和え すまし汁 ゼリー	米 鮭(乳児は替)、みみそ、しょうゆ、砂糖 切り干し大根、にんじん、きゅうり、もやし、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、はくさい、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	28日 (木)	ラーメン もやしのじゃこ和え 煮豆 ゼリー	中華麺、鶏もも肉、わかめ、コーン缶、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお節布だし、酒、塩、ごま油 もやし、にんじん、きゅうり、しらす干し、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 金時豆、砂糖 ゼリー
13日 (水)	ごはん/えのきの佃煮 肉じゃが キャベツの和え物 みそ汁 ゼリー	米、えのき、しょうゆ、みりん、砂糖 牛乳、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、糸こんにゃく、いんげん、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、なす、うすあげ、かつお節布だし、みみそ ゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)	29日 (金)	ひじきごはん 鮭の野菜あんかけ きゅうりのコーン和え みそ汁 ゼリー	米、ひじき、うすあげ、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん 鮭、にんじん、たまねぎ、水菜、酢、しょうゆ、砂糖、小麦粉、片栗粉、油 きゅうり、キャベツ、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、かつお節布だし、みみそ ゼリー
14日 (木)	冷やし中華 煮豆 いりこ バナナ	中華麺、ささみ、きゅうり、もやし、卵、トマト、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 金時豆、砂糖 いりこ バナナ	牛乳 マシュマロコーンフレーク (マシュマロ、塩、 コーンフレーク)	30日 (土)	豚丼 もやしの和え物 すまし汁	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 そうめん、わかめ、かつお節布だし、みみそ
15日 (金)	ごはん 厚揚げのツナマヨ焼き きゅうりとにんじんの和え物 すまし汁 ゼリー	米 厚揚げ、コーン缶、ツナ缶、ねぎ、マヨネーズ、しょうゆ キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 うすあげ、たまねぎ、じゃがいも、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 乳/せんべい マスカット(幼児)			
16日 (土)	中華丼 きゅうりの酢の物 みそ汁	米、豚肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、酒、かつお節布だし きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、かつお節布だし、みみそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ			

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・手げ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。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。
 ※0歳児はマヨネーズの代わりにドレッシング
 (酢、砂糖、塩、油)で提供しています。

おりの部屋：廣田・信田