

# 2024年度 9月 普通食予定献立

かえて保育園

日・曜	献立名	材料	おやつ	日・曜	献立名	材料	おやつ
2日 (月)	ごはん 豚肉となすの味噌炒め もやしのコーン和え すまし汁 ゼリー	米 豚肉、なす、キャベツ、にんじん、ピーマン、米みそ、しょうゆ、砂糖、みりん もやし、にんじん、コーン缶、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、えのき、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 焼じゃが (じゃがいも、青のり、油)	18日 (水)	ごはん 肉じゃが キャベツの和え物 みそ汁 ゼリー	米 牛乳、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、いんげん、糸こんにゃく、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 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、米みそ ゼリー	牛乳 梨/せんべい
3日 (火)	ごはん アカウオのから揚げ スパゲティサラダ すまし汁 ゼリー	アカウオ、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油 スパゲティ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 うすあげ、たまねぎ、エリンギ、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 マシュマロクラッカー (マシュマロ、クラッカー)	19日 (木)	カレーうどん さつまいもの甘煮 いりこ バナナ	うどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、片栗粉、ルウ さつまいもの甘煮 いりこ バナナ	牛乳 (0~2歳児) ヤクルト (3~5歳児) 菓子/パン
4日 (水)	ビビンバ わかめときゅうりの酢の物 みそ汁 梨	米、豚ひき肉、しょうが、もやし、にんじん、ほうれん草、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油、塩 わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、うすあげ、じゃがいも、たまねぎ、かつお節布だし、米みそ 梨	牛乳 ごへいもち (米、米みそ、砂糖、みりん)	20日 (金) 誕生日会	わかめごはん 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 和風スープ ゼリー	米、わかめ、しらす干し、白ごま、ごま油、塩 鶏肉のから揚げ じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、ベーコン、エリンギ、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、砂糖、酢、塩、 ビオオーネ、みかん缶、 生クリーム)
5日 (木)	冷やしきつねうどん ひじきの煮物 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、酒、砂糖、みりん、塩 ひじき、大豆、にんじん、ほうれん草、ウインナー、コーン缶、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、塩 いりこ ゼリー	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、 マヨネーズ、青のり、 粉チーズ)	21日 (土)	チキンライス きゅうりのごま和え すまし汁 ゼリー	米、鶏肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ケチャップ、塩、油 きゅうり、しょうが、しょうゆ、コーン缶、酢、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ
6日 (金)	梅ごはん 豚の塩焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米、梅干し、ちりめんじゃこ、大葉、白ごま 豚(乳肉は鹽)、塩 ほうれん草、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ 絹ごし豆腐、うすあげ、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 水ようかん/せんべい (こしあん、きなこ、砂糖)	振替休日			
7日 (土)	ツナチャーハン きゅうりの和え物 みそ汁 ゼリー	米、たまねぎ、にんじん、ツナ缶、コーン缶、ごま油、しょうゆ、塩 きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ	24日 (火)	ごはん 豚の野菜あんかけ キャベツのおか和え すまし汁 ゼリー	米 豚、たまねぎ、にんじん、小麦粉、片栗粉、酢、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 キャベツ、にんじん、きゅうり、かつお節布だし、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 ココロラスク (食パン、砂糖、バター)
9日 (月)	ごはん/納豆 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、納豆 厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、しょうゆ、青のり、マヨネーズ きゅうり、キャベツ、にんじん、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 ジャムトースト (食パン、いちごジャム)	25日 (水)	ごはん/ひじき納豆 豚しゃぶサラダ かぼちゃの煮物 すまし汁 ゼリー	米 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、白ごま、酢、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま油 かぼちゃ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、砂糖 絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 きなこ/バナナ (バナナ、きなこ、砂糖)
10日 (火)	ごはん 鮭の照り焼き キャベツの甘酢和え 冬瓜スープ ゼリー	米 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 冬瓜、鶏ひき肉、干しいたけ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 ポールドーナツ (ホットケーキミックス、 絹ごし豆腐、砂糖、 グラニュー糖)	26日 (木)	ラーメン きゅうりのじゃこ和え 煮豆 梨	中華麺、鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、もやし、コーン缶、わかめ、かつお節布だし、酒、ごま油、塩 きゅうり、キャベツ、にんじん、しらす干し、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 金時豆、砂糖 梨	牛乳 大芋芋 (さつまいも、砂糖、酢、 しょうゆ、油)
11日 (水)	カレーライス コーンスローサラダ ゆで卵 (0.1歳はチーズ) バナナ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、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、酢、砂糖、塩、油 ゆで卵、チーズ バナナ	牛乳 ぶどうゼリー/ビスケット (ぶどう果汁、竜眼、 砂糖、巨峰)	27日 (金)	ごはん 鮭のフライ 白和え すまし汁 ゼリー	米 鮭、たまねぎ、卵、パセリ粉、マヨネーズ、パン粉、豆腐、油、塩 木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、ひじき、糸こんにゃく、白ごま、米みそ、しょうゆ、砂糖 はくさい、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 選べるホットケーキ (ホットケーキミックス、 豆腐、バター、こしあん)
12日 (木)	なすのミートスパゲティ もやしのコーン和え 和風スープ ゼリー	スパゲティ、合挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、なす、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、塩 もやし、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、キャベツ、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 フルーツ盛り合わせ (梨、ビオオーネ、バナナ)	28日 (土)	豚汁 もやしのナムル みそ汁 ゼリー	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、酒、みりん もやし、きゅうり、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ
13日 (金)	きのこごはん 豚の味噌煮 切り干し大根の甘酢和え すまし汁 ゼリー	米、鶏ひき肉、うすあげ、エリンギ、しめじ、まいたけ、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん 豚(乳肉は鹽)、米みそ、砂糖、みりん、酒 切り干し大根、にんじん、もやし、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 揚げパン (ロールパン、きなこ、 砂糖、油)	30日 (月)	煮ごはん 鶏肉ハンバーグ キャベツのツナ和え みそ汁 ゼリー	米 鶏ひき肉、木綿豆腐、えのき、ひじき、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、片栗粉 キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油 うすあげ、はくさい、わかめ、たまねぎ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 お昼のラスク (焼き鮓、砂糖、バター)
14日 (土)	オープンサンド チーズ ヨーグルト ゼリー	食パン、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、ウインナー、いちごジャム チーズ ヨーグルト ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ				
16日 (月)	敬老の日						
17日 (火)	ごはん/えのきの佃煮 鶏肉の照り焼き ココロサラダ みそ汁 ゼリー	米、えのき、しょうゆ、みりん、砂糖 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 お月見団子 (米粉、絹ごし豆腐、 こしあん)				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・手けんひ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。

※乳児クラス(1歳以上)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。

おりよりの部屋：廣田・信田