

令和6年9月 食事予定献立表



日	曜	メニュー	からだを じょうぶにする	からだの ちょうしをととのえる	からだの ねつやちからとなる	ちょうみりょう	10じの おやつ	3じのおやつ	軽食 (夕食)
2	月	高野豆腐の卵とじ	高野豆腐(4) 鶏もも肉(23)卵(7)	たまねぎ(25)にんじん(8) チンゲンサイ(15)	ごま油 砂糖	醤油 みりん	星せんべい	豆乳ココアケーキ ホットケーキミックス(22) 豆乳(6)卵(7)純ココア(1) 砂糖(3)マーガリン(4)	ピラフ
		かぼちゃのみそ汁	みそ(9)	もやし(17)しめじ(7) かぼちゃ(20)こねぎ(2)		いりこだし			
18	水	ごはん			五分つき米		麦茶	麦茶	スープ
3	火	えびのクリーム煮	えび(18) 牛乳(20)脱脂粉乳(5)	たまねぎ(27)にんじん(10) ブロッコリー(14)	じゃがいも(25) 小麦粉 マーガリン	塩 こしょう 酒 コンソメ 醤油	クラッカー	グリーンコープのおやつ	チャーハン
		トマトスープ		トマト(13)エリンギ(8) キャベツ(15)パセリ(0.5)		コンソメ 醤油			
14	土	ごはん			五分つき米		麦茶	ミルク	みそ汁
4	水	ポークビーンズ	豚ロース(20) ゆで大豆(8)	たまねぎ(25)にんじん(8) グリーンピース(4)トマト缶(18)	じゃがいも(25) 油 砂糖	ケチャップ 醤油	ビスケット	大学芋 さつまいも(40)油 黒ごま 醤油 砂糖	ピラフ
		とうがんスープ		とうがん(25)えのき(8) こまつな(4)	ごま	中華だし 醤油			
20	金	ごはん			五分つき米		麦茶	麦茶	スープ
5	木	魚の竜田揚げ	白身魚(40)		油 片栗粉	酒 醤油	えびせん	グリーンコープのおやつ	かしわ ごはん
		やさいの酢の物		きゅうり(15)トマト(12)もやし(20)	砂糖	酢 醤油 みりん			
		豆腐のみそ汁	豆腐(20) みそ(9)	たまねぎ(23)わかめ(6) ふかねぎ(3)		いりこだし			
19	木	ごはん			五分つき米		麦茶	ミルクココア	みそ汁
6	金	豚みそ丼	豚こま肉(25) みそ(3)	キャベツ(33)ふかねぎ(3) しめじ(6)	五分つき米 油 砂糖	みりん	せんべい	9/6 フルーツポンチ・麦茶 イナアガー(2)砂糖(3) 梨(15)みかん缶(10) 9/27 がね	チャーハン
		やさいのおかか和え	鯉節	こまつな(20)もやし(25) にんじん(10)		めんつゆ			
27	金	あおさ汁		あおりのり(8)たまねぎ(23)えのき(8)みつば(2)		鯉・昆布だし 醤油	麦茶	麦茶	スープ
7	土	ドライカレー	合びき肉(25)	たまねぎ(25)にんじん(8) グリーンピース(3)	油 五分つき米	カレールー カレー粉	クラッカー	グリーンコープのおやつ	
		やさいサラダ		キャベツ(38)コーン(4)ピーマン(8)		ドレッシング			
28	土	スープ		だいこん(23)ほうれんそう(5)しめじ(8)		コンソメ 醤油	麦茶	ミルク	
9	月	厚揚げの煮物	厚揚げ(20) ちくわ(8)	にんじん(10)ごぼう(12) いんげん(2)	こんにゃく(20) 砂糖	醤油 みりん 鯉昆布だし	ビスケット	9/9 冷やししろこ 麦茶 ゆであずき缶(50) お麩(1) 9/25 フルーツポンチ	かしわ ごはん
		さつまいものみそ汁	みそ(9)	なす(13)えのき(8) とうみょう(3)		いりこだし			
25	水	ゆかりごはん			五分つき米	ゆかり粉	麦茶	麦茶	スープ
10	火	焼きそば	豚バラ(23)	キャベツ(30)にら(2)	油 焼きそば麺(60)	焼きそば用ソース 塩 こしょう	えびせん	グリーンコープのおやつ	ピラフ
		中華スープ		たまねぎ(20)干しいたけ(0.8) チンゲンサイ(6)		中華だし 醤油			
24	火	やさいサラダ		にんじん(10)もやし(22)ピーマン(7)		ドレッシング	麦茶	ミルクココア	スープ
11	水	魚の野菜あんかけ	白身魚(40)	たまねぎ(20)にんじん(8)しいたけ(7) ほうれんそう(4)	小麦粉 砂糖 片栗粉	酒 醤油 みりん こしょう	ビスケット	まるぼうろ 小麦粉(22)卵(8) 黒砂糖(5)食用重曹	チャーハン
		コンソメスープ	ベーコン(8)	キャベツ(15)コーン(4) パセリ(0.5)		コンソメ 醤油			
30	月	ごはん			五分つき米		麦茶	麦茶	スープ
12	木	ささみのパン粉焼き	ささみ(30)卵(3)	パセリ(0.5)	パン粉 小麦粉	こしょう ケチャップ	ごま	グリーンコープのおやつ	ピラフ
		とうみょうのマヨ和え		とうみょう(5)もやし(20)にんじん(7)	マヨネーズ ごま	醤油 こしょう			
26	木	豆腐のすまし汁	豆腐(20)	たまねぎ(23)えのき(8) こねぎ(2)		鯉昆布だし 醤油	スティック		
		ごはん			五分つき米				
13	金	粗食の日	<ごはん> 五分つき米	<ししゃも焼き・山川漬> ししゃも(30) 山川漬(10)	<油揚げのみそ汁> 油揚げ(7)もやし(18)えのき(8) こねぎ(2) みそ(9) いりこだし		クラッカー	がね さつまいも(30) にんじん(6) にら(1) 米粉 油 塩 ミルク	チャーハン スープ
17	火	十五夜メニュー	<からいもごはん> さつまいも(16) 塩 酒 五分つき米	<さけの塩焼き> さけ(40) 塩 酒 <さといもの田楽> さといも(38)ちくわ(7)こねぎ(1) みそ(2) みりん 砂糖 ごま	<わかめスープ> たまねぎ(23)わかめ(7) しめじ(8)ふかねぎ(3) 中華だし 醤油		せんべい	グリーンコープのおやつ	かしわ ごはん
							麦茶	ミルクココア	みそ汁
21	土	パンの日	<ホットドッグ> ロールパン(50) ウィンナー(15) キャベツ(16) ケチャップ 油 こしょう	<オニオンスープ> たまねぎ(20)にんじん(8) エリンギ(8)ほうれんそう(3) コンソメ 醤油	<牛乳> 牛乳(180)	<果物> ぶどう(30)	ビスケット	グリーンコープのおやつ	
							麦茶	ミルクココア	

- ★乳児については別途、個々の段階に応じたメニューになります。
- ★食物アレルギーをお持ちのお子さんは、医師の指示に応じたメニューになります。
- ★延長保育のおやつ(グリーンコープ等)については、18時以降の延長保育ご利用のお子さんを対象としています。
- ★軽食(夕食)については、19時以降の延長保育ご利用のお子さんを対象としています。
- ★給食、おやつに関しての心配、質問等がございましたら、ご遠慮なく給食室の方へお立ち寄りください。
- ★献立に書いてある()は、グラム数です。
- ★当園のご飯は五分つき無農薬米を使用しています。
- ★天候不良等により季節の食材が変更になる場合があります。その際には、玄関掲示にてお知らせ致します。ご理解のほどよろしくお願い致します。



♪9月の旬の食材♪

野菜類: なす、かぼちゃ、れんこん、らっかせい、チンゲンサイ、しいたけ、エリンギ、まいたけ、さつまいも、いんげん、とうがん、さといも、しめじ、しょうが
 果物類: なし、ぶどう、いちじく、かぼす、くり
 魚介類: さんま、かんぱち、さば、いわし、かつお、さけ、たちうお、くるまえび

