

# 9月 献立表 幼児食



くすの子保育園

2024年 9月

日付	行事	献立名		食材名			
		昼食	午後おやつ	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
2月		ごはん 豚肉となすの生姜焼き 雷汁	ジャムサンド (いちごマーガリン) 牛乳 (おやつ)	豚もも肉、木綿豆腐、牛乳	なす、たまねぎ、ぶなしめじ、しょうが、にんじん、こまつな、いちごジャム	半つき米、なたね油、砂糖、ごま油、麦みそ、食パン、マーガリン	本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶
3火		チキンカレーライス キャベツと切干大根のゆかり和え ヨーグルト	グリーンコープのおやつ ミルク	鶏もも肉、しらす干し、ヨーグルト、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、にんにく、キャベツ、切干しいごん、きゅうり	半つき米、さつまいも、炒め油、砂糖	カレー粉、ゆかり、うすくちしょうゆ、麦茶、クラッカー
4水		ごはん 魚介と野菜のトマト煮 春雨スープ	きなこのパンケーキ 麦茶	えび、ごういか、厚揚げ、ベーコン、きな粉、卵、牛乳	たまねぎ、なす、ズッキーニ、ブロッコリー、ホールトマト缶、にんにく、スイートコーン、ぶなしめじ、こねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、緑豆はるさめ、ホットケーキミックス	トマトケチャップ、料理酒、うすくちしょうゆ、コンソメ、麦茶
5木		しらすごはん 筑前煮 みそ汁 (かぼちゃ)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	しらす干し、鶏もも肉、焼き竹輪、油揚げ、スキムミルク	にんじん、れんこん、とうがん、干しいたけ、グリーンピース、かぼちゃ、たまねぎ、にら	半つき米、いりごま、なたね油、砂糖、麦みそ、ゴマスティック、ミルクココア	料理酒、食塩、本みりん、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶
6金		おにぎり きゅうりの浅漬け にゅうめん	ぶどうゼリー 麦茶	ツナ缶、さけ、油揚げ、鶏もも肉	にんじん、味付けのり、きゅうり、キャベツ、塩昆布、干しいたけ、ほうれんそう、ぶどうジュース、アガー、みかん缶	半つき米、マヨネーズ、そうめん、砂糖	めんつゆ、浅漬けの素、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶、水
7土		ごはん 麻婆なす 中華風コーンスープ	グリーンコープのおやつ ミルクココア	厚揚げ、豚ひき肉、卵、スキムミルク	なす、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にら、にんにく、しょうが、コーン缶、えのきたけ、スイートコーン、葉ねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、かたくり粉、ごま油、ミルクココア	豆みそ、こいくちしょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶、しょうゆせんべい
9月		冷やし中華 (醤油) さつまいものバターソテー わかめスープ	天かすとチーズのおにぎり 麦茶	ロースハム、卵、プロセスチーズ	きゅうり、トマト、わかめ、りょうとうもやし、みずな、大葉	中華めん、なたね油、ごま油、さつまいも、砂糖、有塩バター、ごま、半つき米、天かす	食塩、ほん酢しょうゆ、こいくちしょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶、めんつゆ
10火	粗食の日	麦ごはん 納豆和え 貝だくさんみそ汁	グリーンコープのおやつ ミルクココア	挽きわり納豆、ツナ、厚揚げ、スキムミルク	にんじん、ほうれんそう、りょうとうもやし、あおのり、なす、ごぼう、ぶなしめじ、こねぎ	半つき米、押麦、麦みそ、ミルクココア	こいくちしょうゆ、本みりん、煮干しだし、麦茶、揚げせんべい
11水		鶏飯 «郷土料理» もやしのさっぱり和え くだもの	抹茶あずき蒸しパン 牛乳 (おやつ)	鶏ささみ、卵、かにかま、ゆで小豆缶、牛乳	干しいたけ、こねぎ、べつたら漬け、きゅうり、りょうとうもやし、わかめ、みかん	半つき米、なたね油、上白糖、いりごま、ホットケーキミックス、砂糖	鶏がらだし、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、ほん酢しょうゆ、麦茶、抹茶
12木		ごはん 魚の竜田揚げ 野菜の昆布和え みそ汁 (あおさ)	グリーンコープのおやつ ミルク	白身魚、油揚げ、スキムミルク	しょうが、きゅうり、にんじん、キャベツ、塩昆布、りょうとうもやし、あおさ、切りみつば	半つき米、かたくり粉、なたね油、麦みそ	こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、浅漬けの素、煮干しだし、麦茶、クラッカー
13金		ハヤシライス かぼちゃサラダ くだもの	フルーツヨーグルト 麦茶	牛もも肉、ロースハム、プレーンヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、グリーンピース、かぼちゃ、きゅうり、レーズン、ゴールデンキウイ、みかん缶、パイナップル缶	半つき米、なたね油、砂糖、コーンフレーク	ハヤシルク、マヨネーズ、食塩、すし酢、麦茶
14土		ごはん 魚の梅みそ焼き 小松菜ののり和え すまし汁 (豆腐)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	白身魚、ツナ、木綿豆腐、スキムミルク	梅ひしお、大葉、こまつな、りょうとうもやし、にんじん、刻みのり、ぶなしめじ、わかめ	半つき米、薄力粉、麦みそ、砂糖、上白糖、ミルクココア	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、クラッカー
17火	十五夜クッキング	きのこの炊き込みごはん きびなごの天ぷら きゅうりの浅漬け すまし汁 (さといも)	さつまいもだんご 牛乳 (おやつ)	油揚げ、きびなご、おから、きな粉、牛乳	ぶなしめじ、干しいたけ、にんじん、きゅうり、キャベツ、塩昆布、わかめ、だいこん、長ねぎ	半つき米、天ぷら粉、なたね油、さといも、さつまいも、かたくり粉、砂糖	本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、食塩、浅漬けの素、かつお・昆布だし、麦茶
18水		冷やし中華 (醤油) ブロッコリーとかにかまのサラダ くだもの	天かすとチーズのおにぎり 麦茶	ロースハム、卵、かにかま、プロセスチーズ	きゅうり、トマト、ブロッコリー、にんじん、スイートコーン、なし、大葉	中華めん、なたね油、ごま油、半つき米、天かす、ごま	食塩、ほん酢しょうゆ、ごまドレッシング、麦茶、めんつゆ
19木		ごはん 豚肉となすの生姜焼き 雷汁	グリーンコープのおやつ ミルク	豚もも肉、木綿豆腐、スキムミルク	なす、たまねぎ、ぶなしめじ、しょうが、にんじん、こまつな	半つき米、なたね油、砂糖、ごま油、麦みそ、サラダクラッカー	本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶
20金		鶏飯 «郷土料理» もやしのさっぱり和え くだもの	ジャムサンド (いちごマーガリン) 麦茶	鶏ささみ、卵、かにかま	干しいたけ、こねぎ、べつたら漬け、きゅうり、りょうとうもやし、わかめ、みかん、いちごジャム	半つき米、なたね油、上白糖、いりごま、食パン、マーガリン	鶏がらだし、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、ほん酢しょうゆ、麦茶
21土		ごはん 魚介と野菜のトマト煮 春雨スープ	グリーンコープのおやつ ミルクココア	えび、ごういか、厚揚げ、ベーコン、スキムミルク	たまねぎ、なす、ズッキーニ、ブロッコリー、ホールトマト缶、にんにく、スイートコーン、ぶなしめじ、こねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、緑豆はるさめ、ミルクココア	トマトケチャップ、料理酒、うすくちしょうゆ、コンソメ、麦茶、ペビーードーナツ
24火		ごはん 鶏のからあげ (カレー味) キャベツと切干大根のゆかり和え みそ汁 (さつまいも)	グリーンコープのおやつ ミルク	鶏もも肉、しらす干し、油揚げ、スキムミルク	しょうが、にんにく、キャベツ、切干しいごん、きゅうり、たまねぎ、長ねぎ	半つき米、かたくり粉、なたね油、砂糖、さつまいも、麦みそ	料理酒、食塩、カレー粉、ゆかり、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、クラッカー
25水		ごはん 麻婆なす 中華風コーンスープ ヨーグルト	抹茶あずき蒸しパン 麦茶	厚揚げ、豚ひき肉、卵、ヨーグルト、ゆで小豆缶、牛乳	なす、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にら、にんにく、しょうが、コーン缶、えのきたけ、スイートコーン、葉ねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、かたくり粉、ごま油、ホットケーキミックス	豆みそ、こいくちしょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶、抹茶
26木		ごはん 魚の梅みそ焼き 小松菜ののり和え すまし汁 (豆腐)	グリーンコープのおやつ ミルク	白身魚、ツナ、木綿豆腐、スキムミルク	梅ひしお、大葉、こまつな、りょうとうもやし、にんじん、刻みのり、ぶなしめじ、わかめ	半つき米、薄力粉、麦みそ、砂糖、上白糖	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、揚げせんべい
27金	パンの日 非常食	卵ロールサンド 海藻サラダ ウインナーと野菜のスープ煮 (非常食) 牛乳	おかかおにぎり 麦茶	卵、かにかま、ウインナーと野菜のスープ煮、牛乳、しらす、かつお節	キャベツ、わかめ、干しひじき、きゅうり、にんじん、スイートコーン	ロールパン、マヨネーズ、半つき米、ごま	食塩、こしょう、和風ソイールドレッシング、麦茶、こいくちしょうゆ、本みりん
28土		しらすごはん 筑前煮 みそ汁 (かぼちゃ)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	しらす干し、鶏もも肉、焼き竹輪、油揚げ、スキムミルク	にんじん、だいこん、れんこん、干しいたけ、グリーンピース、かぼちゃ、たまねぎ、にら	半つき米、いりごま、なたね油、砂糖、麦みそ、ミルクココア	料理酒、食塩、本みりん、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、クラッカー
30月		ハヤシライス かぼちゃサラダ くだもの	フルーツヨーグルト 麦茶	牛もも肉、ロースハム、プレーンヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、グリーンピース、かぼちゃ、きゅうり、レーズン、ゴールデンキウイ、みかん缶、パイナップル缶	半つき米、なたね油、砂糖、コーンフレーク	ハヤシルク、マヨネーズ、食塩、すし酢、麦茶

- ★3歳未満児の午前おやつは「グリーンコープのおやつ」と麦茶を提供いたします。
- ★離乳食は別途、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。
- ★給食、おやつに関する心配、質問等ございましたら、ご連絡なく給食室の方へお立ち寄りください。
- ★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。

### 9月の旬の食材

- <野菜> なす、かぼちゃ、れんこん、らっかせい、チンゲン菜、しいたけ、しめじ、エリンギ、まいたけ、いんげん、とうがん、しょうが
- <魚介> かんばち、さば、いわし、かつお、さけ、たちうお、くるまえび
- <果物> なし、ぶどう、いちじく、かぼす

「グリーンコープのおやつ」は以下の商品を使用します。  
入荷状況により、その他の商品を使用する場合もございます。ご了承ください。

- ・ベジタブルスティック ・ひと口揚げせん ・小魚せんべい ・えびしお ・ごまスティック
- ・つなっごあられ ・動物ぼうろ ・うの花クッキー ・ビスケット ・さくともろこし ・星せんべい
- ・おにぎりせんべい ・ごぼうせんべい ・ペビーードーナツ ・サラダせんべい ・クラッカー