

2024年09月

## 献立表

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2	月	わかめご飯 ソーセージ 豚汁 みかん缶	牛乳 クッキー	さといも、板こんにやく	牛乳、魚肉ソーセージ、豚肉、みそ	みかん缶、だいこん、にんじん、ごぼう、葉ねぎ
3	火	パン コロッケ(ツナ) ミニトマト キャベツのスープ	牛乳 チーズホットケーキ	メークイン、ホットケーキミックス、パン粉、小麦粉、揚げ油、マーガリン、ロールパン	ツナ、牛乳、ベーコン、さいの目チーズ、スキムミルク、わかめ	キャベツ、にんじん、ミニトマト、たまねぎ、グリーンピース、葉ねぎ
4	水	ご飯 凍り豆腐の卵とじ 切干大根の甘酢和え 果物	牛乳 お好み焼き	米、お好み焼き粉、いりごま、砂糖、油	卵、ロースハム、凍り豆腐、あおのり、牛乳	にんじん、キャベツ、たまねぎ、こまつな、切り干しだいこん、葉ねぎ、にら、コーン
5	木	ご飯 豚肉のみそ炒め トマトとじゃこの和え物 果物	牛乳 コーントースト	米、食パン、マヨネーズ、砂糖、いりごま、油	牛乳、豚肉、チーズ、みそ、ちりめん、わかめ	トマト、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン
6	金	ご飯 八宝菜 ひじきサラダ 果物	牛乳 ぶどうゼリー いりこ	米、油、いりごま、片栗粉、砂糖	豚肉、えび、うずら卵、ロースハム、ちりめん、いりこ、ひじき、牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、ピーマン、コーン、干しいたけ
7	土	和風スパゲティ ブロッコリーとコーンのソテー	牛乳 果物 お菓子	スパゲティ、マーガリン、油	牛乳、ベーコン、ツナ	ブロッコリー、たまねぎ、しめじ、ほうれんそう、コーン
9	月	ご飯 大豆の五目煮 ほうれん草の白和え 果物	牛乳 ボンデケーキ	米、板こんにやく、ホットケーキミックス、白玉粉、糸蒟蒻、砂糖、すりごま、マーガリン、油	木綿豆腐、水煮大豆、さつま揚げ、粉チーズ、牛乳、鶏もも肉、チーズ、みそ	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、ごぼう、いんげん、刻みこんぶ、干しいたけ
10	火	ご飯 ポークカレー ツナサラダ 果物	牛乳 お誕生日ケーキ 【かぼちゃのマーブルケーキ】	米、メークイン、小麦粉、砂糖、マーガリン、油	豚肉、ツナ、スキムミルク、牛乳	かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、グリーンピース
11	水	ご飯 麻婆豆腐 パンサンスー 果物	牛乳 クラッカーサンド (チーズ)	米、春雨、いりごま、油、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	木綿豆腐、合いびき肉、錦糸卵、ちくわ、かまぼこ、みそ、スライスチーズ、牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、いちごジャム、葉ねぎ、えのきたけ
12	木	ご飯 ぶりの照り焼き 里芋と小松菜のごま和え ふのすまし汁	牛乳 揚げパン(ココア)	米、味パン、さといも、砂糖、すりごま、揚げ油、おつゆふ	ぶり、牛乳	こまつな、にんじん、えのきたけ、みつば、こんぶ
13	金	パン オムレツ 三色ソテー コンソメスープ	鉄分ヨーグルト	米、メークイン、油	鉄分ヨーグルト、卵、鶏ひき肉、ロースハム、ロールパン	たまねぎ、ほうれんそう、コーン、にんじん、ピーマン
14	土	炒めビーフン 人参シシリ	牛乳 お菓子 果物	ビーフン、油、砂糖	牛乳、豚肉、ちくわ、卵、ツナ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、トウモロコシ、干しいたけ



2日・7日・10日・14日・21日・28日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。