

# 9月給食予定献立表

アレルギー表示

●卵 ▲乳

日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				AMおやつ		PMおやつ ★は手作りおやつ	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料
1	火	ごはん 白身魚の揚げ煮 ●ほうれん草の彩り和え(卵) 味噌汁	ホキ ●卵 豆腐・赤みそ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・オクラ	米(国産) でん粉・油・砂糖 油・砂糖 さつま芋	料理酒・塩・だし・醤油 醤油・だし だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲きなこトースト★ ▲牛乳	▲食パン・きな粉 ▲マーガリン・砂糖 ▲牛乳
2	水	麦入りごはん 鶏肉の塩こうじ焼 チンゲン菜の和え物 切干大根の煮物 味噌汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ	チンゲン菜・キャベツ・人参 切干大根・人参・干しいたけ・さやいんげん 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 油 砂糖 砂糖 おつゆ粒	塩こうじ だし・醤油 だし・醤油・料理酒 だし	▲マンナビスケット お茶	▲マンナビスケット 麦茶	▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳	▲シガーフライ ▲牛乳
3	木	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ココロポテトサラダ スープ	豚肉	玉ねぎ・赤ハフリカ・ピーマン きゅうり・人参 キャベツ・小松菜・人参・しめじ	米(国産) 油・砂糖 じゃが芋・卵なしマヨネーズ	塩・中華だし・トマトケチャップ  チキンコンソメ	▲ウエハース お茶	▲マンナウエハース 麦茶	▲エースコインビスケット フルーツ(オレンジ) ▲牛乳	▲エースコイン オレンジ ▲牛乳
4	金	ごはん 麻婆加子 キャベツとオクラの和え物 ●中華風たまごスープ	豚ひき肉・赤みそ  ●卵	玉ねぎ・しょうが・にんにく・ピーマン・なす キャベツ・オクラ・コーン・人参 えのきだけ・チンゲン菜	米(国産) 油・砂糖・でん粉 砂糖	醤油・料理酒・中華だし だし・醤油 中華だし・醤油・塩	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	フルーツゼリー★ お茶	ダイゼリー(みかんFe) みかん(缶詰) 麦茶
5	土	鶏すき丼 もやしと胡瓜の塩昆布和え 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ	白菜・玉ねぎ・人参 緑豆もやし・きゅうり・人参・塩昆布 大根・青ねぎ	おつゆ粒・砂糖・米(国産)	だし・醤油・料理酒・本みりん  だし			▲せんべい(雪の宿) ▲牛乳	▲せんべい(雪の宿) ▲牛乳
7	月	ごはん 鶏肉のマーマレード焼 マカロニサラダ キャベツのソテー スープ	鶏肉 ツナフレーク	きゅうり・人参 キャベツ・人参・ピーマン・コーン かぼちゃ・玉ねぎ・しめじ	米(国産) マーマレード・油 マカロニ・卵なしマヨネーズ 油	醤油・料理酒  チキンコンソメ・塩 チキンコンソメ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	大学芋★ ▲牛乳	さつま芋・油 砂糖・醤油 ▲牛乳
8	火	麦入りごはん サバの煮付 小松菜の納豆和え かぼちゃのそぼろ煮 味噌汁	さば 納豆 鶏ひき肉 凍り豆腐・赤みそ	しょうが 小松菜・白菜・人参 かぼちゃ・しょうが・グリーンピース 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖  油・砂糖・でん粉	だし・本みりん・醤油 醤油・だし だし・醤油・料理酒 だし	▲マンナビスケット お茶	▲マンナビスケット 麦茶	とうもろこしおにぎり★ お茶	米(国産)・コーン 塩 麦茶
9	水	ごはん ちくわの磯辺揚げ ゆでブロッコリー ビーフンソテー 味噌汁	ちくわ 豚肉 豆腐・赤みそ	あおさのり ブロッコリー 玉ねぎ・ピーマン・人参 白菜・人参	米(国産) 小麦粉・油  ビーフン・油	塩 醤油・中華だし だし	▲ウエハース お茶	▲マンナウエハース 麦茶	▲マリービスケット フルーツ(オレンジ) ▲牛乳	▲マリービスケット オレンジ ▲牛乳
10	木	▲チキンカレー ひじきサラダ フルーツ(バナナ)	鶏肉	玉ねぎ・人参 ひじき・人参・コーン・きゅうり バナナ	じゃが芋・油・米(国産) 卵なしマヨネーズ	▲カレーウ 醤油	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲ヨーグルト イチゴジャム添え★ お茶	▲ヨーグルト・砂糖 いちごジャム 麦茶
11	金	ごはん アジの味噌焼 小松菜の和え物 じゃが芋と豚肉の煮物 すまし汁	あじ・赤みそ 豚肉 豆腐	小松菜・白菜・人参 人参・さやいんげん 玉ねぎ・しめじ	米(国産) 砂糖・油 砂糖 じゃが芋・砂糖	本みりん だし・醤油 だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・塩	▲マンナビスケット お茶	▲マンナビスケット 麦茶	ミニアスバラガス ▲牛乳	アスバラガスビスケット ▲牛乳
12	土	ちゃんぽんうどん チンゲン菜の和え物 フルーツ(オレンジ)	豚肉・ちくわ	キャベツ・玉ねぎ・人参・干しいたけ・青ねぎ チンゲン菜・緑豆もやし・人参 オレンジ	うどん・でん粉 砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油			ソフトサラダ ▲牛乳	ソフトサラダせんべい ▲牛乳
14	月	ごはん 八宝菜 胡麻かぼちゃ 中華スープ	豚肉	白菜・玉ねぎ・干しいたけ・人参・チンゲン菜 かぼちゃ 冬瓜・わかめ・コーン	米(国産) 油・でん粉 砂糖・白ごま	中華だし・醤油・料理酒 塩・醤油 中華だし・醤油・塩	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲ごまごまクッキー★ ▲牛乳	小麦粉・▲マーガリン・砂糖 白ごま・黒ごま ▲牛乳
15	火	ひじきごはん サケの塩焼 ほうれん草の和え物 味噌汁	油揚げ さけ 凍り豆腐・赤みそ	人参・ひじき ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・しめじ	米(国産) 油 砂糖	醤油・本みりん・料理酒・だし 塩 だし・醤油 だし	▲マンナビスケット お茶	▲マンナビスケット 麦茶	イチゴジャムパン(1才~3才)★ トマトジャムパン(4才~6才)★ ▲牛乳	▲食パン・イチゴジャム ▲食パン・トマト オレンジジュース・砂糖 ▲牛乳
16	水	ごはん 鶏肉のごま揚げ 切干大根のハリハリ和え 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 油揚げ・赤みそ	切干大根・きゅうり・人参 玉ねぎ・人参・青ねぎ	米(国産) 白ごま・小麦粉・でん粉・油 調合ごま油 じゃが芋	醤油・料理酒 醤油・酢・本みりん だし	▲ウエハース お茶	▲マンナウエハース 麦茶	フルーツポンチ★ ▲牛乳	寒天・砂糖 パン(缶詰)・黄桃(缶詰) ▲牛乳
17	木	麦入りごはん サバのおおき焼 白菜のゆかり和え さんぴらごぼう すまし汁	さば 豆腐	あおさのり 白菜・きゅうり・人参 ごぼう・人参・さやいんげん 玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・押麦 砂糖・小麦粉・油  つきこんにゃく・油・砂糖	醤油・本みりん だし・ゆかり だし・醤油・本みりん だし・醤油・塩	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲エースコインビスケット フルーツ(梨) ▲牛乳	▲エースコイン 梨 ▲牛乳
18	金	▲ロールパン ショートパスタのポロネーゼ イタリアンサラダ ポトフスープ	牛豚ひき肉 ウインナー	玉ねぎ・人参・しょうが・にんにく・トマト・グリーンピース ブロッコリー・キャベツ・赤ハフリカ・黄ハフリカ・レモン果汁 玉ねぎ・人参・しめじ	▲ロールパン マカロニ・油・小麦粉・砂糖 砂糖・油 じゃが芋	トマトケチャップ・ウスターソース・チキンコンソメ・塩 酢・塩 チキンコンソメ	▲マンナビスケット お茶	▲マンナビスケット 麦茶	きなこおはぎ★ お茶	米(国産)・きな粉 砂糖・塩 麦茶
19	土	牛丼 小松菜のおかか和え 味噌汁	牛肉 かつお節 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・青ねぎ 小松菜・緑豆もやし・人参 なす・大根	砂糖・米(国産) 砂糖	だし・醤油・本みりん だし・醤油 だし			▲せんべい(雪の宿) ▲牛乳	▲せんべい(雪の宿) ▲牛乳
23	水	ハヤシライス マカロニサラダ デザート(白桃ゼリー)	牛肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・人参・コーン	油・米(国産) マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) ももゼリー	ハヤシフレーク	▲ウエハース お茶	▲マンナウエハース 麦茶	▲ビスコ フルーツ(バナナ) ▲牛乳	▲ビスコ バナナ ▲牛乳
24	木	お弁当の日					野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	せんべい(ぼたぼた焼) ▲牛乳	ぼたぼた焼き ▲牛乳
25	金	ごはん ●豆腐チャンプルー さつま芋と昆布の煮物 中華スープ	豚肉・豆腐・●卵	玉ねぎ・ニラ・生しいたけ・しょうが 細切昆布 大根・チンゲン菜・人参	米(国産) 油・砂糖・調合ごま油 さつま芋・砂糖	醤油・中華だし・料理酒・塩 だし・醤油・料理酒 中華だし・醤油・塩	▲マンナビスケット お茶	▲マンナビスケット 麦茶	▲ビスケット(シガーフライ) フルーツ(りんご) ▲牛乳	▲シガーフライ りんご ▲牛乳
26	土	和風スバゲティ ココロかぼちゃサラダ すまし汁	豚肉 豆腐	人参・白菜・ブロッコリー・しめじ・さやいんげん・にんにく かぼちゃ・きゅうり 玉ねぎ・わかめ	スバゲティ・油・でん粉 卵なしマヨネーズ	塩・だし・醤油  だし・醤油・塩			ソフトせんべい ▲牛乳	ソフトせんべい ▲牛乳
28	月	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼 キャベツといんげんの磯和え かぼちゃのレモン煮 スープ	鶏肉 ちくわ	キャベツ・さやいんげん・人参・のり かぼちゃ・レモン果汁 玉ねぎ・人参・ドライパセリ	米(国産) 小麦粉・卵なしマヨネーズ・油  砂糖	塩 醤油・本みりん・だし  チキンコンソメ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	ソフトサラダ フルーツ(オレンジ) ▲牛乳	ソフトサラダせんべい オレンジ ▲牛乳
29	火	麦入りごはん マスの梅しょうゆ焼 白菜のごま和え ひじきと高野豆腐の煮物 味噌汁	ます 凍り豆腐 赤みそ	練り梅 白菜・きゅうり・人参・しめじ ひじき・人参・さやいんげん ほうれん草・人参	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖・白ごま 油・砂糖 じゃが芋	醤油・本みりん だし・醤油 だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	▲マンナビスケット お茶	▲マンナビスケット 麦茶	▲ココアホットケーキ★ ▲牛乳	▲ハイミックス・ココアパウダー ▲牛乳・▲マーガリン ▲牛乳
30	水	きのこのピラフ フィッシュフライ コーンサラダ スープ 野菜と果物のゼリー	ホキ	玉ねぎ・エリンギ・しめじ・赤ハフリカ  コーン・きゅうり・人参・キャベツ 玉ねぎ・人参	米(国産) 小麦粉・パン粉・油 卵なしマヨネーズ さつま芋 野菜と果物のゼリー	チキンコンソメ・塩 塩  チキンコンソメ	▲ウエハース お茶	▲マンナウエハース 麦茶	お誕生会ケーキ★ ▲牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆腐 油・いちごジャム・パン(缶詰) ▲牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。