

9月給食予定献立表

アレルギー表示 ■小麦 ●卵 ▲乳

日付	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	
			主にかからだをつくるもの	主にか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	水	麦入りごはん 鶏肉のみそ照焼 白菜と胡瓜の酢の物 フライドポテト すまし汁	鶏肉・白みそ 豆腐	白菜・きゅうり・人参 玉ねぎ・オクラ	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖 ポテトフライ・油	本みりん・料理酒 ■酢・■醤油 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・▲バター・砂糖 白ごま・黒ごま ▲牛乳
2	木	ごはん サバのおろし煮 春雨サラダ 味噌汁	さば 赤みそ	大根おろし きゅうり・人参 キャベツ・小松菜・しめじ	米(国産) 砂糖 緑豆春雨・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■醤油・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	せんべい(ぼたぼた焼) ▲牛乳	■ぼたぼた焼き ▲牛乳
3	金	麦入りごはん ちくわの磯辺揚げ ゆでブロッコリー ピーマンソテー 味噌汁	■ちくわ 豚肉 生揚げ・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)・押麦 ■小麦粉・油 ピーマン・油	■醤油・鶏がらスープ だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	芋ようかん★ ▲牛乳	さつま芋・砂糖 塩・寒天 ▲牛乳
4	土	ちゃんぽんうどん もやしのツナ和え フルーツ(バナナ)	豚肉・■ちくわ ツナフレック	キャベツ・玉ねぎ・人参・干しいたけ・青ねぎ きゅうり・太もやし・人参 バナナ	■うどん・でん粉 砂糖	だし・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油			せんべい(重たべよ) ▲牛乳	■重型せんべい ▲牛乳
6	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 ツナフレック	きゅうり・人参 キャベツ・人参・ピーマン・コーン 玉ねぎ・しめじ	米(国産) ■小麦粉・油・マーマレード ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 さつま芋	■醤油・本みりん コンソメ・塩 コンソメ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲●キャロットマドレーヌ★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・▲バター 塩・寒天 ▲牛乳
7	火	麦入りごはん 白身魚の照焼 小松菜の納豆和え かぼちゃの煮物 味噌汁	ホキ 納豆 凍り豆腐・赤みそ	小松菜・白菜・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖	■醤油・本みりん ■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	▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳	■/▲シガーフライ ▲牛乳
8	水	ごはん 鶏肉(鶏レバー入) 粉ふき芋あおさ味 ●中華風たまごスープ	■鶏レバー・あおさ・豚肉・赤みそ ●卵	キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・にんにく あおさのり えのきたけ・チンゲン菜	米(国産) 油・砂糖 じゃが芋	■醤油・■醤油 塩 鶏がらスープ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	豆腐ハンバーグ・ブルーベリージャム ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・ブルーベリージャム ▲牛乳
9	木	▲鶏肉とさつま芋のカレー しらすとほうれん草のサラダ フルーツ(バナナ)	鶏肉 しらす	玉ねぎ・人参 ほうれん草・白菜・コーン バナナ	さつま芋・油・米(国産) 油・砂糖	■/▲カレールウ ■醤油・■酢	ベイビービスケット お茶	■たべっこベイビービスケット 麦茶	たべるいりこ★ せんべい(ぼたぼた焼) ▲牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■ぼたぼた焼き ▲牛乳
10	金	麦入りごはん アジの味噌焼 キャベツの和え物 ●油揚げとごぼうの卵とし すまし汁	あじ・赤みそ 油揚げ・●卵 豆腐	小松菜・キャベツ・人参 ごぼう・人参 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖 砂糖	本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・塩 だし・■醤油・塩	▲ウエハース お茶	■/▲マンナウエハース 麦茶	ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳
11	土	鶏肉と野菜のあんかけ丼 小松菜ともやしのおかか和え 味噌汁	鶏肉 かつお節 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参・干しいたけ・青ねぎ 小松菜・太もやし・人参 大根・さやいんげん	米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖	だし・■醤油・本みりん・料理酒 ■醤油・だし だし			▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳	■/▲シガーフライ ▲牛乳
13	月	麦入りごはん サバの塩こうじ焼 キャベツといんげんの磯和え 高野豆腐の煮物 味噌汁	さば 凍り豆腐 赤みそ	キャベツ・さやいんげん・人参・のり 人参・グリーンピース ほうれん草・玉ねぎ・しめじ	米(国産)・押麦 油 砂糖 砂糖	塩こうじ ■醤油・だし だし・■醤油・本みりん だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	小松菜マフィン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・小松菜 ▲牛乳
14	火	お弁当の日					▲マンナビスケット お茶	■/▲マンナビスケット 麦茶	せんべい(ぼたぼた焼) ▲牛乳	■ぼたぼた焼き ▲牛乳
15	水	ごはん 鶏肉の照焼 ひじきサラダ 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ	ひじき・人参・コーン・きゅうり 玉ねぎ・人参・青ねぎ	米(国産) 油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) じゃが芋	■醤油・本みりん ■醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	フルーツボンチ ▲牛乳	ぶどうゼリー パイン(缶詰)・黄桃(缶詰) ▲牛乳
16	木	麦入りごはん 白身魚のあおさ焼 胡瓜ともやしのゆかり和え きんぴらごぼう 味噌汁	ホキ 生揚げ・赤みそ	あおさのり きゅうり・太もやし ごぼう・人参・さやいんげん 小松菜	米(国産)・押麦 砂糖・■小麦粉・油 砂糖	■醤油・本みりん ゆかり だし・■醤油・本みりん だし	ベイビービスケット お茶	■たべっこベイビービスケット 麦茶	▲エースコインビスケット ▲牛乳	■/▲エースコイン ▲牛乳
17	金	麦ロールパン シュニッツェル風 ザワークラウト アイントopf	豚肉 ワインナー	赤パプリカ・黄パプリカ・キャベツ・きゅうり 玉ねぎ・さやいんげん・セロリ	■ロールパン(卵・乳なし) ■小麦粉・■パン粉・油 砂糖 じゃが芋	塩 ■酢・■醤油 コンソメ	▲ウエハース お茶	■/▲マンナウエハース 麦茶	▲せんべい(雪の脛) ▲牛乳	■/▲せんべい(雪の脛) ▲牛乳
18	土	牛丼 小松菜のごま和え 味噌汁	牛肉 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・青ねぎ 小松菜・太もやし・人参 なす・大根	砂糖・米(国産) 砂糖・白ごま	だし・■醤油・本みりん だし・■醤油 だし			せんべい(重たべよ) ▲牛乳	■重型せんべい ▲牛乳
21	火	さつま芋ごはん サケの塩焼 ブロッコリーのおかか和え 呉汁	さけ かつお節 大豆・油揚げ・赤みそ・豆腐	ブロッコリー・人参 ごぼう・人参・青ねぎ	米(国産)・さつま芋 油 砂糖 つきこんやく	塩 塩 ■醤油・だし だし	▲マンナビスケット お茶	■/▲マンナビスケット 麦茶	▲黒糖お麩ラスク★ ▲牛乳	■おつゆ鮭・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
22	水	ごはん 麻婆茄子 キャベツの和え物 ▲ヨーグルト	豚ひき肉・大豆たんぱく・赤みそ ▲ヨーグルト	玉ねぎ・しょうが・にんにく・ピーマン・赤パプリカ・なす キャベツ・小松菜・コーン・人参	米(国産) 油・砂糖・でん粉 砂糖	■醤油・料理酒・鶏がらスープ だし・■醤油	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳	■/▲シガーフライ ▲牛乳
24	金	麦入りごはん 白身魚のサクサク焼 ●ほうれん草ともやしの菜種和え 味噌汁	ホキ ●卵 豆腐・赤みそ	ほうれん草・太もやし しめじ・人参	米(国産)・押麦 マヨネーズタイプ(卵不使用)・■パン粉・油 ごま油・砂糖	塩・ウスターソース ■醤油・だし だし	▲ウエハース お茶	■/▲マンナウエハース 麦茶	きなこおはぎ★ ▲牛乳	米(国産)・きな粉 砂糖・塩 ▲牛乳
25	土	和風スパゲティ 厚揚げのごまみそ焼 すまし汁	豚肉 生揚げ・赤みそ	白菜・ブロッコリー・しめじ・さやいんげん・にんにく 玉ねぎ・わかめ	■スパゲティ・油・でん粉 砂糖・白ごま ■おつゆ鮭	塩・だし・■醤油 本みりん だし・■醤油・塩			ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳
27	月	麦入りごはん サバの塩焼 ナムル 味噌汁	さば 油揚げ・赤みそ	大根・ほうれん草・人参 太もやし・玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 油 砂糖・ごま油	塩 ■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	2色ゼリー★ ▲牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖・ダイスゼリー(みかんFe) ▲牛乳
28	火	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼 いんげんのツナ和え さつま芋の甘煮 味噌汁	鶏肉 ツナフレック 赤みそ	さやいんげん・赤パプリカ 玉ねぎ・人参・小松菜	米(国産) ■小麦粉・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油 砂糖 さつま芋・砂糖	塩 ■醤油・だし だし	▲マンナビスケット お茶	■/▲マンナビスケット 麦茶	豆腐入り黒糖きなこパンケーキ★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉 黒砂糖・油・豆腐 ▲牛乳
29	水	ごはん 八宝菜 胡麻かぼちゃ 中華スープ	豚肉 砂糖・白ごま	白菜・玉ねぎ・干しいたけ・人参・チンゲン菜 かぼちゃ 太もやし・わかめ・コーン	米(国産) 油・でん粉 砂糖・白ごま	鶏がらスープ・■醤油・料理酒 塩・■醤油 鶏がらスープ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	じゃが芋おやき★ ▲牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・■醤油 ▲牛乳
30	木	きのこのピラフ チキンチャップ コーンサラダ スープ りんごゼリー	鶏肉	玉ねぎ・エリンギ・しめじ・赤パプリカ コーン・きゅうり・人参・キャベツ かぼちゃ・玉ねぎ・人参	油・米(国産) ■小麦粉・油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ トマトケチャップ・ウスターソース・コンソメ コンソメ	ベイビービスケット お茶	■たべっこベイビービスケット 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・■ホイップクリーム・パイン(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。