令和元年

9月 予定献立表

おおたけ保育園

日清医療食品(株)

日	曜日		こんだて	＜あか＞ 血や肉をつくる	＜きいろ＞ 熱や力になる	＜みどり＞ 体の調子を整える	おやつ
2日	月	クラッカー	ふりかけご飯 鶏肉のさっぱり煮 付)茹ブロッコリー ひじきの煮物 キャベツのみそ汁 果物	鶏肉 ひじき きざみ揚げ 大豆 牛乳 卵	米 マヨネーズ 油 砂糖	ブロッコリー 人参 いんげん キャベツ しめじ ねぎ 果物	ミルク ココアケーキ
3日	火	りんご	黒米ご飯 さばのみそ煮 赤うり梅あえ 南瓜のそぼろ煮 豆乳入りさつま汁 果物	さば 鶏肉 きざみ揚げ 豆乳 豆腐 きな粉 牛乳	米 さつまいも 油 ホットケーキミックス 砂糖	赤うり 南瓜 人参 大根 ねぎ 果物	ヨーグルト もちもちドーナツ
4日	水	バナナ	ポークカレー 野菜サラダ わかめとたまごスープ ヨーグルト	豚肉 ツナ 卵 ワカメ ヨーグルト 牛乳	米 麦 じゃが芋 油 ごま	人参 玉ねぎ マッシュルーム なす グリンピース 胡瓜 キャベツ トマト 大根葉	充実野菜ジュース ぽたぽた焼き
5日	木	ウエハース	はんだまご飯 魚の西京焼き きゅうり漬け ゴーヤーチャンプルー もずくすまし汁 果物	さわら 豆腐 卵 もずく 牛乳	米 油 砂糖 ごま油	長ねぎ きゅうり パプリカ ゴーヤ 人参 玉ねぎ えのき 青ねぎ 果物	ヨーグルト ピザトースト
6日	金	バナナ	あわご飯 ハンバーグ 果物 青菜と糸こんにゃくソテー パンプキンスープ マッシュポテト	牛豚ミンチ 豚レバー 卵 牛乳 さつま揚げ	米 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋 こんにゃく	玉ねぎ ピーマン 小松菜 人参 南瓜 コーン 果物	ミルク おからクッキー
7日	土	りんご	中華丼 春雨のごまあえ 豆腐と青菜スープ 杏仁フルーツ	豚肉 ツナ 豆腐 牛乳	米 麦 油 春雨 砂糖 ごま ごま油	白菜 人参 チンゲン菜 きくらげ しいたけ 胡瓜 パプリカ ほうれん草 果物	ミルク 今川焼き
9日	月	クラッカー	玄米ご飯 タンドリーチキン 甘酢あえ クーブイリチー かきたま汁 果物	鶏肉 ヨーグルト 昆布 豚肉 卵 牛乳	米 玄米 砂糖 こんにゃく 油 さつまいも バター	玉ねぎ キャベツ パプリカ 切干大根 人参 えのき チンゲン菜 果物	ミルク スイートポテト
10日	火	りんご	黒米ご飯さんまの梅煮 おかかあえ 大根のそぼろ煮 へちまのみそ汁 果物	さんま 糸削り 鶏ミンチ 豆腐 卵 牛乳 ヤクルト	米 黒米 砂糖 黒糖 食パン バター	梅干 ブロッコリー 大根 人参 しいたけ グリーンピース へちま 青ねぎ 果物	ヨーグルト フレンチトースト
11日	水	バナナ	麦ご飯 とんかつ コールスロー 人参しりしり 里芋のみそ汁 果物	豚ヒレ 卵 ワカメ 牛乳	米 麦 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 砂糖 里芋 いもくず きなこ 黒糖	パプリカ キャベツ 人参 玉ねぎ ニラ ねぎ 果物	ヤクルト くずもち
12日	木	ウエハース	たけのこご飯 鮭のもみじ焼き 野菜サラダ 冬瓜のすまし汁 果物	鶏肉 きざみ揚げ 鮭 卵 牛乳	米 たけのこ 油 マヨネーズ ホットケーキミックス 砂糖 バター あんこ	ねぎ 人参 レタス 胡瓜 トマト コーン 冬瓜 しめじ 貝割れ 南瓜 果物	ヨーグルト 南瓜小豆蒸しパン
13日	金	バナナ	青菜ご飯 ぎせい豆腐 パパイヤイリチー 豚汁 果物	豆腐 鶏ミンチ 卵 ツナ 豚肉 豚レバー 牛乳	米 油 じゃが芋 小麦粉 ラード 砂糖 黒糖 ごま	からし菜 玉ねぎ パプリカ しいたけ パパイヤ 人参 ピーマン 大根 ごぼう ねぎ 果物	ミルク ちんすこう
14日	土	りんご	豚焼肉丼 さつま芋サラダ 野菜スープ フルーツヨーグルト	豚肉 のり ベーコン ヨーグルト 牛乳	米 油 さつまいも マヨネーズ ごま 砂糖	人参 玉ねぎ ピーマン レーズン セロリ コーン キャベツ 果物	ミルク バームクーヘン
16日	月		敬老の日				
17日	火	りんご	玄米ご飯 白身魚のケチャップあん ポテトサラダ アーサ入りゆし豆腐 果物	メルルーサ ゆし豆腐 あおさ 牛乳	米 玄米 油 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 小麦粉 バター	玉ねぎ えのき ピーマン パプリカ 枝豆 ねぎ 果物	ヨーグルト りんごのマフィン
18日	水	バナナ	野菜そば 青菜の白和え 焼き芋 果物	豚肉 豆腐 ツナ 鮭 牛乳	沖縄そば 米 ごま 焼き芋	キャベツ もやし 人参 小松菜 からし菜 大根葉 果物	ミルク しゃけと青菜のおにぎり
19日	木	ウエハース	あわご飯 鶏肉のピザ焼き 果物 オクラのおかかあえ 千切イリチー 南瓜とコーンクリームスープ	鶏肉 チーズ 糸削り 豚肉 牛乳	米 あわ 油 こんにゃく さつまいも 小麦粉	玉ねぎ マッシュルーム オクラ 切干大根 人参 しいたけ コーン かぼちゃ 果物	ヨーグルト 芋天ぷら
20日	金	バナナ	冷やし中華 魚のてんぷら チーズ 果物	ささみ 卵 ワカメ ホキ チーズ いなり揚げ 牛乳	中華麺 小麦粉 ごま	きゅうり トマト ほうれん草 人参 果物	ミルク いなりずし
21日	土	りんご	ハヤシライス 白菜と豆腐のスープ キャベツのスキムゆかり和え 果物	牛肉 豚レバー 豆腐 牛乳	米 麦 油	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ グリーンピース キャベツ もやし 白菜 果物	ミルク ココアの実
23日	月		秋分の日				
24日	火	りんご	玄米ご飯 さばの蒲焼き風 白菜のおかかあえ 肉じゃが ほうれん草のみそ汁 果物	さば 糸削り 豚肉 きざみ揚げ 牛乳	米 玄米 砂糖 油 じゃが芋 小麦粉	白菜 しいたけ 玉ねぎ にんじん きぬさや ほうれん草 長葱 果物	ヨーグルト たまごボーロ
25日	水	バナナ	タコライス 切干大根のナムル クリームスープ フルーチェ	牛豚ミンチ ちくわ 鶏肉 牛乳 フルーチェ	米 麦 チーズ ごま ごま油 じゃが芋	玉ねぎ レタス トマト 切干大根 人参 胡瓜 セロリ マッシュルーム ミックスベジタブル	ミルク くんぺん
26日	木	ウエハース	あわご飯 麻婆茄子 南瓜サラダ かき玉汁 果物	豆腐 豚ミンチ チーズ 卵 もずく 牛乳	米 あわ ごま油 マヨネーズ パン きな粉 砂糖 油	なす 玉ねぎ パプリカ ニラ 南瓜 枝豆 人参 みつば 果物	ヨーグルト 揚げぱん
27日	金	バナナ	♪お弁当会♪				ミルク くんぺん
28日	土	りんご	牛丼 白菜のサラダ チーズ 大根のみそ汁 杏仁フルーツ	牛肉 ツナ チーズ 厚揚げ	米 こんにゃく 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 しいたけ グリーンピース 白菜 胡瓜 大根 大根葉 果物	ミルク カステラ
30日	月	クラッカー	玄米ご飯 さばのカレー揚げ コールスロー ひじきの五目煮 かぼちゃのみそ汁 果物	さば ひじき 鶏肉 きざみ揚げ 大豆 ワカメ	米 玄米 油 マヨネーズ 砂糖 クッキー	キャベツ コーン 人参 南瓜 玉ねぎ 果物	ミルク 誕生日ケーキ

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。