



令和2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	朝おやつ	こんだて	<あか>	<きいろ>	<みどり>	おやつ	
				血や肉をつくる	熱や力になる	体の調子を整える		
1日	火	りんご	玄米ご飯 鶏肉のさっぱり煮 オクラのおかか和え クラブイリチー へちまのみそ汁 フルーツヨーグルト	鶏もも 米削り きざみ昆布 こんにやく 豚バラ 卵 ヨーグルト 牛乳	米 玄米 砂糖 金時豆 黒糖 押麦 油	オクラ 切干大根 人参 へちま	沖縄ミルクぜんざい ソフトサラダ	
2日	水	バナナ	お弁当会					アイスクリーム バタークッキー
3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 冬瓜のすまし汁 果物	さわら 豆腐 卵 ウインナー チーズ 牛乳	米 砂糖 ごま油 食パン バター	ハンダマ 長ねぎ きゅうり パプリカ ゴーヤー 人参 玉ねぎ 冬瓜 しめじ 貝割大根 ピーマン 果物	ヨーグルト ピザトースト	
4日	金	バナナ	あわご飯 ハンバーグ マッシュポテト ブロッコリーサラダ パンプキンスープ 果物	牛豚ミンチ 豚レバー 卵 ちくわ おから 牛乳	米 もちきび 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ ごま 砂糖 バター チョコチップ	ピーマン じゃが芋 ブロッコリー トマト かぼちゃ コーン 果物	ミルク おからクッキー	
5日	土	りんご	焼きそば 青菜のみそマヨ和え 豆腐すまし汁 杏仁フルーツ	豚もも 豆腐 のり 昆布 牛乳	焼きそば マヨネーズ 米 油	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ピーマン ほうれん草 えのき パプリカ 大根菜 果物	ミルク 昆布おにぎり	
7日	月	クラッカー	あわご飯 チキン南蛮 きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁 果物	鶏もも 卵 豚肩 きざみ 揚げ こんにやく 生クリーム 牛乳	米 もちきび 小麦粉 油 砂糖 マヨネーズ ごま油 さつま芋 パター	玉ねぎ パプリカ ごぼう 人参 にら じゃが芋 チンゲン菜 果物	ミルク スイートポテト	
8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 アーサ入りゆし豆腐 果物	さんま 米削り 鶏ミンチ ゆし豆腐 あおさ 卵 牛乳	米 黒米 砂糖 黒糖 油 食パン パター	ブロッコリー 大根 人参 しいたけ グリーンピース ねぎ 果物	ヨーグルト フレンチトースト	
9日	水	バナナ	麦ご飯 レバーフライ・甘ダレ漬け コールスロー 人参しりしり 里芋のみそ汁 果物	豚レバー 卵 わかめ き な粉 牛乳	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 砂糖 黒糖 いもくず	キャベツ コーン 人参 玉ねぎ にら 里芋 大根菜 果物	ミルク くずもち	
10日	木	ウエハース	たけのご飯 鮭のみみじ焼き 野菜サラダ もずくすまし汁 果物	鶏小間 きざみ揚げ 鮭 もずく 卵 牛乳	米 マヨネーズ ホットケ ーキミックス パター つぶあん 砂糖	たけのこ ねぎ 人参 レタス きゅうり トマト コーン えのき かぼちゃ 果物	ヨーグルト 南瓜小豆蒸しパン	
11日	金	バナナ	青菜ご飯 ぎせい豆腐 パイイリチー 豚汁(レバー入り) 果物	鶏ミンチ 豆腐 卵 ツナ 豚肩 豚レバー クリーム チーズ 生クリーム 牛乳	米 油 砂糖 小麦粉 さ つま芋 クラッカー	ほうれん草 玉ねぎ パプリカ しいたけ パパイ ヤ 人参 にら じゃが芋 大根 ごぼう 果物	ミルク 焼きチーズケーキ	
12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	豚肩 のり 豚バラ ヨー グルト 牛乳	米 油 マヨネーズ ごま さつま芋	人参 玉ねぎ ピーマン レーズン セロリ コーン キャベツ	ミルク バームクーヘン	
14日	月	クラッカー	あわご飯 鶏肉のピザ焼き ポテトサラダ コーンクリームスープ 果物	鶏もも チーズ 卵 牛乳	米 もちきび 油 砂糖 マ ヨネーズ 小麦粉 パター	玉ねぎ マッシュルーム じゃが芋 人参 パプリカ 枝豆 コーン 果物	ミルク りんごのマフィン	
15日	火	りんご	玄米ご飯 さばのカレー揚げ ブロッコリー ひじきの五目煮 かぼちゃのみそ汁 果物	さば きざみ揚げ ひじき 鶏小間 大豆 わかめ ヨーグルト 牛乳	米 玄米 油 マヨネーズ 砂糖 小麦粉 ウエハース	ブロッコリー 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 果物	ピーチゼリー ウエハース	
16日	水	バナナ	もずく丼 青菜の納豆和え イナムル汁 果物	もずく 豚ミンチ 卵 納豆 のり 豚肩 かまぼこ 米 こんにやく 牛乳	米 押麦 砂糖 小麦粉 黒糖 油	ピーマン パプリカ 小松菜 人参 しいたけ 大根 ねぎ 果物	ミルク サーターアンダギー	
17日	木	ウエハース	冷やし中華 かきあげ チーズ 果物	鶏ささみ 卵 わかめ もず く しらす チーズ 油揚げ 牛乳	中華麺 小麦粉 油 米 ごま	きゅうり トマト かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 人参 果物	ヨーグルト いなりずし	
18日	金	バナナ	玄米ご飯 白身魚のケチャップあん オクラのおかかあえ 千切りイリチー なすのみそ汁 果物	マルルーサ 米削り こんに やく 豚もも きざみ揚げ 牛乳	米 玄米 油 ホットケ ーキミックス さつま芋 パター 砂糖 ごま	玉ねぎ えのき ピーマン オクラ 切干大根 人参 しいたけ なす 貝割大根 果物	ミルク さつまいもクッキー	
19日	土	りんご	ハヤシライス キャベツのスキムゆかり和 え 白菜と豆腐のスープ 果物	牛もも 豚レバー 豆腐 き な粉 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 食 パン パター 砂糖	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ グリンピース キャベツ もやし 白菜 果物	ミルク きなこクリームサンド	
21日	月	敬老の日						
22日	火	秋分の日						
23日	水	バナナ	スパゲティミートソース 野菜サラダ 青菜のスープ 果物	牛豚ミンチ 豚レバー チーズ しらす 牛乳	スパゲティ 油 パター 小 麦粉 米	玉ねぎ セロリ 人参 マッシュルーム ピーマン トマト レタス ブロッコリー チンゲン菜 えのき コーン 枝豆 果物	ミルク 枝豆とゆかりおにぎり	
24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 きな粉 牛乳	米 もちきび 砂糖 ごま油 マヨネーズ コッペパン	なす 玉ねぎ パプリカ にら かぼちゃ 枝豆 人参 みつば 果物	ヨーグルト 揚げばん	
25日	金	バナナ	ふりかけご飯 鮭の甘酢焼き ほうれん草おかか かみかみごぼう そうめん汁 果物	鮭 米削り 卵 チーズ ハ ム 牛乳	米 砂糖 油 ごま とうめ ん ホットケーキミックス マ ヨネーズ	ほうれん草 人参 ごぼう しいたけ ねぎ 玉ねぎ 果物	ミルク オニオンブレッド	
26日	土	りんご	牛丼 白菜のサラダ 大根のみそ汁 果物	牛肩 こんにやく ツナ き ざみ揚げ 牛乳	米 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 きゅう り 大根 大根菜 果物	ミルク カステラ	
28日	月	クラッカー	ポークカレー れんこんサラダ わかめとたまごスープ ヨーグルトいちごソース	豚もも ツナ わかめ 卵 ヨーグルト 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 マヨ ネーズ ごま 砂糖 ジャム ラード	人参 玉ねぎ じゃが芋 マッシュルーム なす グリーンピース れんこん インゲン パプリカ 大根 菜	ミルク 紅芋ちんすこう	
29日	火	りんご	沖縄そば 青菜の白和え 焼き芋 果物	豚バラ かまぼこ 豆腐 ツ ナ さけ 牛乳	沖縄そば 砂糖 ごま さ つま芋 米	ねぎ 小松菜 大根菜 果物	ヨーグルト しゃけと青菜のおにぎり	
30日	水	バナナ	カレーピラフ 鶏のから揚げ ブロッコリーのごま和え ミネストローネ 果物	ツナ 鶏もも 卵 ちくわ 豚バラ	米 油 パター 小麦粉 ご ま 砂糖 マカロニ	玉ねぎ ピーマン パプリカ ブロッコリー しめじ 人参 キャベツ トマト 果物	ジュース 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。

