

献立表

2021年09月

日付	献立名	材料名 <small>(◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)</small>			おやつ <small>(◎は10時、○は午後おやつ)</small>
		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	
15 水	わかめご飯、エビフライ、 茹でキャベツ、ポテトサラ ダ、わんたんスープ	米、じゃがいも、○食 パン、ノンエッグマヨ ネーズ、米ぬか油、ワ ンタンの皮、パン粉、 小麦粉	○牛乳、えび、○ミック スチーズ、卵、ハム、○ ツナ水煮缶、○パ ター、◎ヨーグルト	キャベツ、にんじん、た まねぎ、○たまねぎ、 きゅうり、○にんじん、 ○ピーマン、にら	◎ヨーグルト、○牛 乳、○ピザトースト
16 木	食パン、照り焼きハン バーグ、茹でキャベツ、ス パサラダ、コーンスープ	食パン、スパゲティー、 コールスロードレッシン グ、パン粉、砂糖、片 栗粉、米ぬか油	豚ひき肉、ツナ水煮 缶、卵、牛乳、○ヨーグ ルト、◎牛乳	たまねぎ、クリームコー ン缶、キャベツ、にんじ ん、きゅうり、◎バナナ	◎未満児牛乳、◎ バナナ、○ヨーグル ト、○ウエハース
17 金	さわらの竜田揚げ、キャ ベツのゆかりあえ、かぼ ちゃのそぼろ煮、豆腐の すまし汁、ごはん	米、○じゃがいも、○ 片栗粉、米ぬか油、片 栗粉、砂糖	○牛乳、木綿豆腐、鶏 ひき肉、○バター、さ わら、◎ヨーグルト	かぼちゃ、キャベツ、に んじん、にんにく、しょ うが、カットわかめ	◎ヨーグルト、○牛 乳、○ポテトもち
18 土	鶏肉のさっぱり煮、茹で キャベツ、じゃが芋きんぴ ら、玉ねぎのみそ汁、バ ナナ、ごはん	米、じゃがいも、砂糖、 ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮 付き)、豆みそ、◎牛乳	バナナ、キャベツ、に んじん、たまねぎ、ピー マン、しょうが、カットわ かめ、◎オレンジ	◎未満児牛乳、◎ オレンジ、○牛乳、 ◎あまからせんべい
21 火	豚肉のしょうが焼き、茹で キャベツ、里芋とにんじ んの煮物、かぼちゃと玉ね ぎのみそ汁、ごはん	米、さといも、○ホット ケーキックス、○米ぬ か油、砂糖、○砂糖、 米ぬか油	○牛乳、豚肉(もも)、○ 木綿豆腐、豆みそ、油 揚げ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、か ぼちゃ、にんじん、カッ トわかめ、しょうが、◎ オレンジ	◎未満児牛乳、◎ オレンジ、○牛乳、 ○豆腐ドーナッツ
22 水	カツカレー、ひじきサラ ダ、オレンジ、ごはん	米、じゃがいも、ノン エッグマヨネーズ、米 ぬか油、小麦粉、パン 粉、砂糖	豚肉(もも)、ハム、卵、 ○バニラアイスクリー ム、◎牛乳	オレンジ、にんじん、た まねぎ、きゅうり、ひじ き、にんにく、◎バナナ	◎未満児牛乳、◎ バナナ、○ヨーグル ト、○ウエハース
24 金	マーボー豆腐、中華サラ ダ、バナナ、ごはん	米、はるさめ、砂糖、片 栗粉、米ぬか油、ごま 油	○牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、豆みそ、ハム、 ◎牛乳	バナナ、たまねぎ、に んじん、きゅうり、ピー マン、干しいたけ、◎ オレンジ	◎未満児牛乳、◎ オレンジ、○牛乳、 ○塩せんべい
25 土	クリームシチュー、ツナサ ラダ、オレンジ、ごはん	米、じゃがいも、コール スロードレッシング	○牛乳、鶏もも肉(皮 付き)、牛乳、ツナ水煮 缶、◎牛乳	たまねぎ、オレンジ、に んじん、キャベツ、きゅ うり、◎バナナ	◎未満児牛乳、◎ バナナ、○牛乳、○ ハードビスケット
27 月	ポークビーンズ、フレンチ サラダ、ひじきふりかけ、 オレンジ、ごはん	米、米ぬか油、砂糖	○牛乳、豚肉(もも)、大 豆(ゆで)、ツナ水煮 缶、◎牛乳	たまねぎ、オレンジ、にん じん、キャベツ、トマト ピューレ、コーン缶、きゅ うり、レモン果汁、ひじき ふりかけ、◎バナナ	◎未満児牛乳、◎ バナナ、○牛乳、○ シリアル
28 火	コーン入り豆腐ボール、 茹でキャベツ、ジャーマン ポテト、玉ねぎのみそ汁、 ごはん	米、じゃがいも、米ぬ か油、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、鶏 ひき肉、ウインナー、豆 みそ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、に んじん、コーン缶、カッ トわかめ、◎オレンジ	◎未満児牛乳、◎ オレンジ、○牛乳、 ◎あまからせんべい
29 水	キーマカレー、コールス ローサラダ、オレンジ、ご はん	米、コールスロードレ ッシング、油	豚ひき肉、ハム、○ ヨーグルト、◎牛乳	たまねぎ、オレンジ、 キャベツ、にんじん、 きゅうり、ピーマン、に んにく、しょうが、◎バ ナナ	◎未満児牛乳、◎ バナナ、○ヨーグル ト、○ウエハース
30 木	かき揚げ、切り干し大根 煮物、すまし汁、ごはん	米、さつまいも、小麦 粉、米ぬか油、砂糖	○牛乳、卵、しらす干 し(半乾燥)、油揚げ、 ◎牛乳	たまねぎ、にんじん、こ まつな、切り干しだいこ ん、ピーマン、◎オレンジ	◎未満児牛乳、◎ オレンジ、○牛乳、 ◎プリン

*材料の都合により献立が変更になる場合があります。