



9月 保育園給食献立表



平成25年度

日 曜	幼 児	3未加算食	主 要 材 料 () 内は乳児のみ			3時のおやつ
			血や肉や骨になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子をよくするもの	
2月	豚肉の中華風天ぷら 切干大根サラダ ワカメスープ	ごはん	豚肉 ロースハム	油 小麦粉 片栗粉 ベーキングパウダー ゴマ しょう油 砂糖 マヨネーズ コンソメ ゴマ油	生姜 切干大根 人参 きゅうり 玉ねぎ ワカメ ねぎ	牛乳 かし
3火	サケのムニエルタルソース添え 夏野菜のジュレサラダ スパゲティソース	ゆかりごはん	鮭 卵	小麦粉 コンソメ 油 マヨネーズ 砂糖 酢 しょう油 片栗粉 バター 黄桃缶 チューハイ	玉ねぎ セロリ きゅうり トマト オクラ と うもろこし 寒天 ピ ーマン キウイ	牛乳 フルーツゼリー
4水	ローストチキン和風ソースがけ ポテトサラダ トマトスープ	ごはん	鶏肉 ツナ	しょう油 砂糖 じゃが 芋 マヨネーズ 油 コンソメ	ニンニク 生姜 玉ねぎ 人参 きゅうり トマト キャベツ しめじ とうもろ こし パセリ	牛乳 かし
5木	サワラの梅みそ焼き ゴーヤーチャンプルー 煮豆	ごはん	鯖 みそ 豆腐 豚肉 卵 かつお 節 きな粉	砂糖 しょう油 油 コンソメ 金時豆 わらび餅粉	梅干し 大葉 玉ねぎ 人参 ゴーヤー	牛乳 わらび餅
6金	レバー入りハンバーグ 人参グラッセ ビシソワーズ	ごはん 味付けのり	豚ミンチ 鶏ミン チ 鶏レバー 牛 乳	パン粉 砂糖 中濃 ソース 油 じゃが 芋 コンソメ	生姜 ニンニク ケチャップ 玉ねぎ 人 参 パセリ	牛乳 かし
7土	焼きそば 果物		豚肉 卵 枝ちくわ	油 中華麺 お好み ソース	キャベツ もやし 人 参 ねぎ 青のり	牛乳 かし
9月	豚ロースの冷しゃぶ ポイル野菜 トマト 豆腐とエビのスープ	ごはん	豚肉 みそ 豆腐 エビ 卵	みりん 酢 砂糖 しょう油 マヨネ ーズ ゴマ ゴマ油 コンソメ 白玉粉 パン粉 みかん缶 黄桃缶	玉ねぎ 人参 もやし セロリ きゅうり トマ ト ねぎ 寒天	牛乳 フルーツポンチ
10火	シーフードカレーシチュー フレンチサラダ 福神漬	ごはん	鶏肉 エビ イカ 貝柱 ロースハム	油 カレールー じゃが芋 砂糖 酢 福神漬	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり	牛乳 かし
11水	ミニがんものそぼろ煮 オクラのおかか和え ししゃものみりん干し	ごはん 果物	豚ミンチ ミニがんも かつお節 ししゃも のみりん干し きな 粉	油 砂糖 しょう油 片 栗粉 米 もち米 甘 豆	玉ねぎ 人参 干しいたけ いんげん オクラ	牛乳 おはぎ
12木	サワラの南蛮漬け 千草和え 冬瓜の冷スープ	ごはん	鯖	片栗粉 小麦粉 油 砂糖 酢 しょう油 ゴマ	玉ねぎ 人参 セロリ きゅうり 小松菜 切干 大根 しめじ 白糸こんに やく 冬瓜	牛乳 かし
13金	肉じゃが アスパラガスのゴマ和え 焼きししゃも	ごはん しそ昆布	豚肉 ししゃも	油 じゃが芋 砂糖 しょう油 ゴマ 原 宿ドッグ	玉ねぎ 人参 白糸こんに やく いんげん アス パラガス	牛乳 原宿ドッグ
14土	豚丼 果物		豚肉	米 ゴマ油 砂糖 しょう油 コンソメ ゴマ	キャベツ 人参 玉ねぎ 大葉	牛乳 かし
17火	鶏肉の香味焼き ひじきの炒り煮 塩もみきゅうり オレンジ	じゃこごはん	鶏肉 みそ 卵 枝 ちくわ 油揚げ チーズ	油 ゴマ油 砂糖 しょう油	生姜 ニンニク 玉ねぎ ひじき 人参 いんげん きゅうり オレンジ	牛乳 チーズ かし
18水	中華スープ 鶏レバーの照り煮 粉ふき芋	ごはん	豚肉 イカ エビ 鶏レバー	デンブン春雨 油 コンソメ しょう油 片栗粉 ゴマ油 砂 糖 みりん じゃが 芋 コーンスターチ マーガリン 粉砂糖	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし たけのこ キウ ラゲ しいたけ ニラ チンゲン菜 生姜 青の り	牛乳 サクサククッキー
19木	鶏肉の唐揚げ ばんさんすう トマト 味付けのり	ごはん	鶏肉 ロースハム 卵 きな粉	小麦粉 片栗粉 しょう油 油 デン ブン春雨 砂糖 酢 ゴマ ゴマ油 白玉 粉	ニンニク 生姜 きゅう り 人参 もやし キウ ラゲ トマト 味付けの り かぼちゃ お茶	牛乳 お月見団子
20金	カレーの煮付け ピーマンのきんぴら 納豆 りんご	ごはん	豚 卵 枝ちくわ 納豆	砂糖 しょう油 油 ゴマ ゴマ油	ピーマン バブリカ リ んご	牛乳 かし
21土	運動会					
24火	サケの照り焼き 春雨サラダ 豆腐のみそ汁	高菜ごはん	鮭 ロースハム 豆腐 油揚げ ス キムミルク	しょう油 砂糖 デ ンブン春雨 酢 ゴ マ ゴマ油 上新粉 ベーキングパウダー 山芋 甘納豆	ひじき 人参 もやし きゅうり 小松菜	牛乳 かるかん
25水	お誕生日会☆☆ 中華風混ぜご飯 エビの天ぷら キャベツのゴマだれ和え かき玉汁 パイン缶		豚ミンチ エビ みそ 卵	米 もち米 油 ゴ マ油 砂糖 しょう 油 小麦粉 ベーキ ングパウダー ゴマ コンソメ パイン缶	タケノコ 干しいたけ キクラゲ 生姜 キャベ ツ 人参 とうもろこし 玉ねぎ エノキ	牛乳 かし
26木	サワラのバーベキュー風 マカロニサラダ 鉄強化ふりかけ 梨	ごはん	鯖 ロースハム しらす干し 粉か つお	小麦粉 片栗粉 油 砂糖 しょう油 み りん マカロニ じゃが芋 マヨネ ーズ 鉄強化ふりかけ ゴマ油	キャベツ 人参 きゅう り 梨 玉ねぎ ニラ	牛乳 ニラチヂミ
27金	ドライカレーゆで卵添え グリーンサラダ 福神漬	ごはん	豚ミンチ 鶏ミン チ 卵	油 コンソメ カ レールー カレールー ゴマ ゴマ油 福神 漬	ニンニク 生姜 玉ねぎ 人参 しいたけ ナス トマト缶 ビュレ ケ チャップ キャベツ ピーマン ブロッコリー	牛乳 かし
28土	ミートソーススパゲティ 果物		豚ミンチ	パスタ 油 砂糖 コンソメ	玉ねぎ 人参 トマト缶 ビュレ ケチャップ パ セリ	牛乳 かし
30月	鶏肉のゆかり焼き 炒めビーフン しらすとしそ昆布のふりかけ オレンジ	ごはん	鶏肉 豚肉 しら す干し かつお節	しょう油 油 ビー フン コンソメ ゴ マ油 しそ昆布 酢 砂糖 ゴマ さつま 芋	ゆかり 人参 玉ねぎ キャベツ ニラ もやし キクラゲ オレンジ 寒 天	牛乳 芋ようかん