

9月 保育園給食献立表

平成 28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	身体の調子を良くするもの		
1	木	ズグロの変わり揚げ オクラのゴマ和え ビシソポーズ	ごはん	鶏肉 卵 大豆乳	砂糖 しょう油 片栗粉 コシコシ	生薬 オクラ ケチャップ	牛乳 スイカ
2	金	ひじき入り五目煮 ピーマンのおかか和え 焼きししやも	ごはん	鶏肉 卵 かつお節 ししやも きな粉	ゴマ油 砂糖 じゃが芋 わらび餅粉	ごぼう こんにゃく	牛乳 わらび餅
3	土	ミートソーススパゲティ 果物		豚ミンチ	バナタ 油 砂糖	玉ねぎ ピュレ	牛乳 かし
5	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	豚ロース みそ 豆腐 エビ 卵	小麦粉 しょう油 デミグラス ソース 中濃ソース 砂糖 酢 しょう油 りんご しょう油	玉ねぎ トマト	牛乳 アイスクリーム
6	火	サワラのムニエルマリネソースがけ ポイルアスパラガス おじやがとじやおかか和え	ごはん	鯖 かつお節	小麦粉 砂糖 りんご油 コシコシ しょう油	玉ねぎ セリ	牛乳 かし
7	水	ハヤシンチューー ジュレサラダ 福神漬 オレンジ	ごはん	豚肉 牛乳	コンソメ 中濃ソース 油 ソース しょう油 砂糖 酢 福神漬	玉ねぎ トマト ほうろく	牛乳 杏仁豆腐
8	木	カレイの煮付け ゴーヤチャンプルー 金時煮豆 パナナ	ごはん	鯛 豆腐 卵 豚肉	砂糖 しょう油 金時豆 片栗粉	玉ねぎ バナナ	牛乳 かし
9	金	鶏肉の唐揚げ 拌三絲 トマトスープ	ごはん	鶏肉 ロースハム 卵	砂糖 しょう油 片栗粉 しょう油 小麦粉 コシコシ コンソメ 黄桃缶	生薬 ニンニク しょう油 ケチャップ	牛乳 フルーツゼリー
10	土	親子丼 果物		鶏肉 卵	米 油 砂糖	玉ねぎ 人参	牛乳 かし
12	月	豚肉のステーキ焼き 切干大根サラダ しらすとしそ昆布のふりかけ 冷凍みかん	ごはん	豚肉 ロースハム しらす干し かつお 節 粉がつか	しょう油 砂糖 昆布 しょう油 片栗粉 酢 しょう油	切干大根 冷凍みかん	牛乳 ニラチヂミ
13	火	サワラの南蛮漬け トマト 夏野菜のみそ汁	ごはん	鯖 ペーコン みそ	片栗粉 酢 しょう油 しょう油 油 黄桃缶	玉ねぎ 人参 トウモロコシ	牛乳 フルーツポンチ
14	水	肉じゃが インゲンゴロのゴマ和え ししやものみりん干し 梨	ごはん	豚肉 りんご干し	油 りんご油 砂糖 しょう油 みりん	玉ねぎ 人参 梨	牛乳 かし
15	木	サケのレモン風味照り焼き 卵の花の入り煮 そうめん汁	ごはん	鮭 くわ 卵 油あげ	砂糖 しょう油 みりん ごま油 しょう油 もち米 甘納豆	生薬 しょう油 人参 しょう油	牛乳 おはぎ
16	金	ドライカレーゆで卵添え フレンチサラダ 福神漬	ごはん	豚ミンチ ロースハム チーズ 枝豆	油 コシコシ しょう油 福神漬	生薬 ニンニク しょう油 人参	牛乳 かし
17	土	運動会		魚肉ソーセージ	スノーキバパン りんごジュース	わせみかん	
20	火	鶏肉の香味焼き 春雨サラダ 豆腐のすまし汁 りんご	ごはん	鶏肉 みそ 豆腐 ハム	砂糖 しょう油 酢 しょう油 しょう油	生薬 ニンニク しょう油 人参	牛乳 かし
21	水	サワラの照り焼き かぼちやサラダ 野菜スープ	ごはん	鯖 ロースハム チーズ	砂糖 しょう油 みりん コンソメ しょう油 小麦粉 コシコシ	かぼちや 人参 しょう油	牛乳 チーズ蒸しパン
23	金	ヒシカツ きゅうりの昆布和え 小松菜のみそ汁 梨	ごはん	豚ヒシ肉 油あげ みそ	小麦粉 バン粉 しょう油 しょう油 中濃ソース コシコシ	生薬 ニンニク しょう油 人参	牛乳 人参ゼリー
24	土	焼きそば 果物		豚肉 卵 枝ちくわ	中華麺 油 お好みソース	生薬 ニンニク しょう油 人参	牛乳 かし
26	月	鶏肉のカレーじょう油焼き 干草和え ひじきふりかけ りんご	ごはん	鶏肉 しらす干し	砂糖 しょう油 酢 しょう油 りんご	生薬 ニンニク しょう油 人参	牛乳 かし
27	火	お誕生日会 ☆ 中華風おこわ サケの竜田揚げ 人参グラッセ 白菜スープ ギョウゼリー		豚ミンチ 鮭	米 もち米 しょう油 しょう油 片栗粉 しょう油 コンソメ	人参 しょう油 しょう油	牛乳 蒸し芋
28	水	レバー入りハンバーグ スパゲティソース パンチキンスープ	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ 豆腐	バナタ 中濃ソース しょう油 しょう油 コンソメ	生薬 ニンニク しょう油 人参	牛乳 かし
29	木	中華スープ 鶏レバーの照り煮 粉ふき芋 オレンジ	ごはん	豚肉 エビ 生クリーム	ゴマ油 しょう油 しょう油 しょう油 砂糖 しょう油	生薬 しょう油 人参 しょう油	牛乳 ミルククッキー
30	金	サソリの塩焼き (3未:サケ) 根菜のきんぴら 高野豆腐のオランダ煮	ごはん	秋刀魚 (鮭) 卵 枝 ちくわ 高野豆腐 豚ミンチ	ゴマ油 しょう油 しょう油 しょう油 砂糖 しょう油	生薬 しょう油 人参 しょう油	牛乳 じゃが団子