



# 9月 給食献立表

ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
1	火	牛乳 オレンジ	カレーうどん・小魚和え・なし	豚肉・油揚げ・しいたけ・玉ねぎ・人参・ねぎ・牛乳/レタス・きゅうり・ちりめんじゃこ/なし/白蒸し粉・甘納豆	牛乳・白蒸しパン
2	水	牛乳 バナナ	ごはん・マーボーなす・チンゲン菜のスープ	なす・玉ねぎ・人参・ピーマン・豚ひき肉/ベーコン・チンゲン菜・人参・とうがん・玉ねぎ/調整豆乳・きな粉	牛乳・豆乳もち
3	木	牛乳 なし	ひじきごはん・豆腐のみそ汁・キャベツのしそ和え	鶏肉・ひじき・人参・ごぼう・油揚げ・グリーンピース/キャベツ/豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・おくら	牛乳・クッキー
4	金	牛乳 メロン	パン・鶏肉の甘辛煮・田舎汁・バナナ	鶏肉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜/さつま揚げ・玉ねぎ・人参・キャベツ・ねぎ・油揚げ/バナナ	牛乳・せんべい
5	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
7	月	牛乳 オレンジ	ごはん・煮魚(たまねぎ)・なすのみそ汁	赤魚・玉ねぎ/なす・かぼちゃ・人参・えのきたけ・ねぎ・油揚げ	牛乳・ビスケット
8	火	牛乳 バナナ	焼きそば風スパゲティ・オレンジ・中華風コンスープ	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン/豆腐・コーン缶詰・しいたけ・とうがん・人参・ねぎ/オレンジ/大豆	ジョア・フライビーンズ
9	水	牛乳 メロン	パン・豆腐ハンバーグ・トマト・きゅうり・ふのすまし汁	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・豆乳/トマト/きゅうり/ふ・大根・人参・しめじ・チンゲン菜	牛乳・チーズ・しるこサンド
10	木	牛乳 なし	ごはん・厚揚げの中華風煮・拌三絲	厚揚げ・豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・チンゲン菜/ハム・きゅうり・人参・はるさめ・コーン缶詰/マカロニ・きな粉	牛乳・マカロニあべかわ
11	金	牛乳 オレンジ	ごはん・豚みそ・レタス・具だくさん汁	豚肉・玉ねぎ・ごま/レタス/じゃがいも・人参・しめじ・豆腐・油揚げ・ねぎ	牛乳・ビスコ・ミニフィッシュ
12	土	お茶 オレンジ	豚丼・じゃがいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・じゃがいも・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
14	月	牛乳 メロン	パン・ポークチャップ・オレンジ・レタスサラダ	豚肉・玉ねぎ・しめじ・トマト/ハム・レタス・きゅうり・人参/オレンジ/みかん缶詰・もも缶詰・バナナ・ヨーグルト	フルーツヨーグルト
15	火	牛乳 オレンジ	きつねうどん・バナナ・もやしのごま和え	油揚げ・鶏肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・チンゲン菜/もやし・キャベツ・人参・ツナ缶詰・ごま/バナナ/ロールパン・ウインナー・キャベツ	ジョア・ホットドック
16	水	牛乳 バナナ	ごはん・魚の和風マリネ・だいこんのみそ汁	メカジキ・玉ねぎ・人参・きゅうり・大葉・ごま油/大根・人参・しめじ・ねぎ・油揚げ	牛乳・クラッカー
17	木	牛乳 チーズ	牛肉としめじのごはん・とうがん汁・キャベツのおかか和え	牛肉・人参・しめじ・ねぎ/キャベツ/とうがん・玉ねぎ・人参・しいたけ・油揚げ・ねぎ	牛乳・あられ
18	金	牛乳 オレンジ	ごはん・豚肉とキャベツのみそ炒め・えのきたけのすまし汁	豚肉・キャベツ・人参・ピーマン・玉ねぎ/えのきたけ・玉ねぎ・人参・油揚げ・豆腐	牛乳・サブレ
19	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
23	水	牛乳 バナナ	ごはん・魚の照り煮・かぼちゃのみそ汁	赤魚/かぼちゃ・玉ねぎ・人参・おくら・油揚げ/黒蒸し粉・干しぶどう	牛乳・黒蒸しパン
24	木	牛乳 なし	ごはん・八宝菜・豆腐スープ	豚肉・しいたけ・玉ねぎ・赤ピーマン・チンゲン菜・たけのこ・ごま油/ベーコン・豆腐・玉ねぎ・人参・しめじ・ねぎ	牛乳・せんべい
25	金	ヨーグルト	チキンライス・キャベツスープ・オレンジ	鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター/ベーコン・キャベツ・人参・じゃがいも・しめじ・ねぎ/オレンジ	100%果汁・カスタードケーキ
26	土	お茶 オレンジ	豚丼・じゃがいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・じゃがいも・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
28	月	牛乳 オレンジ	ごはん・白身魚のホイル蒸し・すまし汁	メカジキ・キャベツ・玉ねぎ・人参・ねぎ・ヨーグルト/大根・人参・えのきたけ・チンゲン菜・油揚げ	牛乳・ヨーチ
29	火	牛乳 バナナ	きのこスパゲティ・野菜スープ・オレンジ	豚肉・エリンギ・しめじ・しいたけ・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター/ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ねぎ	牛乳・あられ
30	水	牛乳 オレンジ	ドライカレー・野菜サラダ・バナナ	バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干しぶどう・小麦粉/ツナ缶詰・レタス・きゅうり・トマト/バナナ	牛乳・やさいかりんとう

