

# 2020年 9月予定献立表

## 緑丘保育園

曜日	日	昼食	材料名	0.1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	14 28	きのこおこわ さわらの塩焼き 鶏肉と大根煮 ねぎの味噌汁	精白米・胚芽米・もち米・マイタケ・しめじ・油揚げ・干し椎茸・にんじん・鶏肉・醤油・酒・塩 さわら・塩 だいこん・いんげん・にんじん・鶏肉・こんにやく・なたね油・素精糖・酒・醤油・片栗粉・バター 万能ねぎ・油揚げ・塩蔵わかめ・味噌・煮干し・味噌	ひき肉 とろみつき	黒糖ラスク 食パン(卵なし)・黒砂糖・バター  くだもの・牛乳	スイートポテト さつまいも・素精糖・牛乳・バター  麦茶	味噌煮込みうどん・さつまいも茶巾 干しうどん・鶏ひき・生揚げ・キャベツ・長葱・にんじん・シイタケ・青菜・酒・味噌  くだもの
火	1 15	鮭のちゃんちゃん焼き きゅうりのごまよごし ごはん さつまいもの味噌汁	生鮭・キャベツ・玉葱・にんじん・椎茸・味噌・みりん・マヨネーズ・バター きゅうり・塩・ごま 精白米・胚芽米 さつまいも・長葱・青のり・味噌・煮干し	とろみつき きゅうりゆで	なすのスパゲティ スパゲティ・なす・ペーコン・玉葱・ピーマン・パセリ・ パルメザンチーズ・トマト缶・にんにく・油・ケチャップ・塩  くだもの・牛乳	えびとチーズのラスク 食パン・桜エビ・とろけるチーズ・青のり  麦茶	豆腐のカレー煮・だいこんの塩こんぶ漬け 豆腐・豚ひき・玉葱・にんじん・干し椎茸・ピーマン・油・カレー粉・塩・醤油・みりん だいこん・塩昆布・青菜  ごはん・スープ
水	2 16	ミートローフ こふきいも・にんじんグラッセ ごまパン かぼちゃミルクスープ	豚ひき・牛ひき・豆腐・玉葱・醤油・塩・パン粉・卵 じゃがいも・塩・青のり にんじん・素精糖・バター・塩 ごまパン(卵なし) かぼちゃ・玉葱・パセリ・かつおだし・牛乳・豆乳・塩	とろみつき	中華おこわ 精白米・胚芽米・もち米・干しえび・たけのこ・にんじん・ 干し椎茸・ごま油・素精糖・塩・醤油  くだもの・牛乳	チーズ入りわかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ・チーズ  麦茶	魚の梅焼き・かぶの煮物 魚・味噌・梅びしお・みりん・酒・素精糖 かぶ・青菜・にんじん・生揚げ・素精糖・ 醤油・みりん  チーズ入りわかめおにぎり・味噌汁
木	3 17	豆腐だんごの含め煮 キャベツの土佐酢和え ごはん のっぺい汁	豆腐・玉葱・にんじん・鶏ひき・えび・卵・生姜・塩・片栗粉・油・かつおだし・醤油・みりん キャベツ・にんじん・塩・醤油・米酢・素精糖・削り節 精白米・胚芽米 だいこん・にんじん・椎茸・長葱・里芋・いんげん・醤油・塩・片栗粉・塩蔵わかめ・青菜	キャベツゆで	かぼちゃケーキ 上新粉・豆乳・素精糖・ベーキングパウダー・なたね油 かぼちゃ  くだもの・牛乳	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ほたて缶・にんじん・ 干し椎茸・塩・醤油  麦茶	味噌ハンバーグ・刻み昆布の煮つけ 豚ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・塩 刻みこんぶ・油揚げ・にんじん・青菜・醤油・ 素精糖・みりん・酒  ほたてごはん・すまし
金	4 18	中華風オムレツ かにときゅうりの酢の物 ごはん 切干大根味噌汁	卵・豚ひき・春雨・長葱・シイタケ・たけのこ・生姜・塩・素精糖・醤油・酒・かつおだし かに缶・きゅうり・塩蔵わかめ・トマト・米酢・なたね油・素精糖・醤油・塩 精白米・胚芽米 切干大根・いんげん・にんじん・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	とろみつき 野菜ゆで・だし醤油	さつまいものチーズ焼き さつまいも・バター・パルメザンチーズ・パセリ・塩  くだもの・牛乳	塩パン 塩パン(卵なし)  麦茶	魚のかわりパン粉焼き・いんげんのソテー 魚・塩・油・アレルギー用マヨネーズ・ケチャップ・パン粉 いんげん・にんじん・塩・バター  塩パン・スープ
土	5 19	きのこうどん かぼちゃのそぼろあん ゼリー	干しうどん・豚ひき・長葱・油揚げ・しめじ・えのき・なめこ・にんじん・醤油・塩・みりん かぼちゃ・豚ひき・片栗粉・酒・素精糖・醤油 100%ジュース・素精糖・アガー		ラスク・小魚 ソフトフランス生地/バターロール生地・マーガリン・砂糖 食べる小魚  くだもの・牛乳		
月	7 30 (水)	シーフードカレー ニラとえのきのお浸し わかめコーンスープ	精白米・胚芽米・豚肉・イカ・まぐろ缶・じゃがいも・人参・玉葱・生姜・にんにく・油・塩・トマト缶・トマトピューレ・バター・薄力粉・ソース・りんご・ にら・えのき・醤油・かつおだし カレー粉・牛乳 塩蔵わかめ・長葱・コーン・塩・醤油・かつおだし	ひき肉	栗蒸しパン 栗甘露煮・薄力粉・上白糖・ベーキングパウダー・卵・牛乳・ なたね油・豆乳・全粒粉  くだもの・牛乳	クリームチーズパン クリームチーズ入りソフトフランス (卵なし)  麦茶	魚のみぞれ煮・じゃがいものきんぴら風 魚・片栗粉・油・かつおだし・醤油・酒・だいこん じゃがいも・にんじん・油・醤油・酒・みりん・素精糖
火	8 29 (火)	サバのカレー焼き 山家煮 さつまいもごはん 高野豆腐の味噌汁	サバ・塩・薄力粉・カレー粉・なたね油 豚肉・にんじん・いんげん・なす・干し椎茸・素精糖・酒・醤油 精白米・胚芽米・さつまいも・ごま・塩 高野豆腐・にんじん・玉葱・青菜・岩のり・味噌・煮干し	とろみつき 肉刻み	鶏南蛮うどん 干しうどん・鶏ひき・長葱・にんじん・青菜・醤油・ 塩・かつおだし  くだもの・牛乳	ラスク 食パン/ソフトフランスパン(卵なし)・ マーガリン・砂糖  麦茶	ポークオニオンソテー・きゅうりの梅肉和え 豚肉・油・玉葱・マッシュルーム・みりん・醤油 きゅうり・塩・梅びしお  ごはん・味噌汁
水	9 23	メンチカツ ひじきの煮物 ごはん 豆乳入りかぼちゃの味噌汁	豚ひき・玉葱・パセリ・卵・パン粉・塩・薄力粉・油 ひじき・干し椎茸・にんじん・油揚げ・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・酒・みりん 精白米・胚芽米 かぼちゃ・玉葱・青菜・豆乳・味噌・煮干し		やきいも さつまいも・塩  くだもの・牛乳	しらすと油揚げごはん 精白米・胚芽米・しらす・油揚げ・醤油・ 塩・みりん・ごま  麦茶	魚の南部焼き・なます風サラダ 魚・みりん・醤油・ごま だいこん・にんじん・きゅうり・なたね油・米酢・塩・はちみつ・ ごま油  しらすと油揚げごはん・スープ
木	10 24	豆腐のプロバンス風 秋のフルーツサラダ 玄米パン とうがんスープ	豆腐・塩・薄力粉・なたね油・豚ひき・玉葱・人参・トマト缶・ピーマン・にんにく・生姜・薄力粉・バター・素精糖・塩 梨・りんご・みかん缶・きゅうり・ヨーグルト・サワークリーム・塩・素精糖 玄米パン(卵なし) とうがん・えのき・オクラ・塩蔵わかめ・青菜・塩・かつおだし・醤油	梨りんご煮たもの使用 食パンスティックつき	10日)小豆ごはん・くだもの・牛乳 精白米・胚芽米・小豆・塩・ごま・素精糖 24日)おはぎ・くだもの・牛乳 精白米・胚芽米・もち米・小豆・素精糖・塩・きな粉・上白糖	ポテトピザ じゃがいも・塩・薄力粉・ケチャップ・ コーン缶・まぐろ缶・ピーマン・チーズ  麦茶	焼きうどん・わかめときゅうりのごま酢和え 干しうどん・豚肉・キャベツ・玉葱・にんじん・シイタケ・しめじ・ピーマン・削り節・ 菜種油・バター・塩・醤油 きゅうり・わかめ・ごま酢・素精糖・塩・かつおだし  スープ
金	11 25	カジキの衣焼き カレーポテト煮 ごはん けんちん汁	カジキ・素精糖・醤油・酒・生姜・薄力粉・油 じゃがいも・玉葱・にんじん・豚ひき・いんげん・塩・カレー粉・素精糖・醤油・みりん・なたね油 精白米・胚芽米 だいこん・にんじん・ごぼう・こんにやく・長葱・豆腐・鶏ひき・青菜・醤油・塩・ごま油・にぼしだし	とろみつき	ハム野菜サンド(乳児ツナサンド) ドックパン・キャベツ・きゅうり・トマト・ハム・まぐろ缶・ジャム  くだもの・牛乳	焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・ 塩・酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま  麦茶	豆腐のかりんとう・かぶときゅうりの漬け物 豆腐・片栗粉・油・みりん・黒砂糖・水・醤油 かぶ・青菜・きゅうり・刻み昆布・塩  焼肉ごはん・味噌汁
土	12 26	タンメンうどん さつまいもとりんご煮 フルーツヨーグルト	干しうどん・豚ひき・油・キャベツ・にんじん・もやし・長葱・塩 さつまいも・りんご・素精糖・塩 ヨーグルト・上白糖・みかん缶・もも缶・干しぶどう		パン・チーズ ソフトフランス生地/バターロール生地パン 一口チーズ  くだもの・牛乳	< 今月のお知らせ > 今月から一言お知らせ欄を設けました。 保育園では、毎朝かつお節、昆布から、だしをとっています。良い匂 いが調理室いっぱいに広がります。9月は、秋の食材を使った献立 が多く登場します。お楽しみに♪	

\* 幼児)エネルギー567kcal たんぱく質22.4g 脂質16.9g \* 乳児)エネルギー442kcal たんぱく質17.5g 脂質13.3g

\* 0才児クラスのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。\* 3時のおやつの牛乳は豆乳入りです \* 材料の関係で献立が変更になることもあります。