

# 2021年 9月予定献立表

## 緑丘保育園

曜 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	13 豆腐だんごの含め煮 キャベツの土佐酢和え 27 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	黒糖ラスク 食パン・黒砂糖・バター	ポテトフライ じゃがいも・なたね油・塩・青のり	田舎うどん・ポテトフライ 干しうどん・豚肉・にんじん・長葱・椎茸・青菜・味噌
火	14 きのこおこわ さわらの塩焼き 28 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	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	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ほたて缶・人参・ 干し椎茸・塩・醤油	ごぼうの柳川風・かぶときゅうりの漬物 ごぼう・なす・肉・玉葱・いんげん・醤油・みりん・素精糖 かぶ・きゅうり・刻み昆布・塩
水	1 中華風オムレツ 15 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	和風ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶・なたね油・ 醤油・みりん・海苔	魚の南部焼き・キャベツゆかり和え 魚・みりん・醤油・ごま・キャベツ・きゅうり・にんじん・塩・ゆかり
木	2 ミートローフ 16 こふきいも・にんじんグラッセ バターロール 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 バターロール(卵入り) 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	梅じゃこおにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・ごま	魚のおろし煮・じゃがいものきんぴら 魚・片栗粉・かつおだし・醤油・酒・大根 じゃがいも・にんじん・なたね油・醤油・ 酒・みりん・素精糖
金	3 鮭のちゃんちゃん焼き 17 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	きなこラスク 食パン・素精糖・マーガリン・きな粉	豆腐のカレー煮・だいこんの塩昆布和え 豆腐・豚ひき・玉葱・にんじん・干し椎茸・ピーマン・なたね油・カレー粉・塩・醤油・ みりん だいこん・塩昆布・青菜
土	4 きのこうどん 18 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		パン・小魚 ソフトフランス生地／バターロール生地パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま)		ごはん・スープ
月	6 サバのカレー焼き 29 山家煮 さつまいもごはん (水) 高野豆腐の味噌汁	サバ(6日イナダ)・塩・薄力粉・米粉・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	和風ラスク 食パン・マーガリン・青のり・ごま	鶏肉の香味焼き・だいこんの金平 鶏肉・長葱・片栗粉・酒・醤油(乳児は鶏つくね)・だいこん・青菜・にんじん・菜種油・ 素精糖・みりん・醤油 精白米・胚芽米・ごま
火	7 シーフードカレー 21 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・トナリ・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	7日栗蒸しパン・果物・牛乳 栗甘露煮・薄力粉・上白糖・BP・卵・牛乳・油・豆乳・全粒粉 21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	こんぶおにぎり 精白米・胚芽米・刻み昆布・人参・油揚げ・ 醤油・素精糖・なたね油	魚の照り焼き・肉じゃが 魚・醤油・酒・みりん・なたね油 豚ひき・じゃがいも・玉葱・にんじん・いんげん・ 素精糖・酒・醤油・なたね油
水	8 メンチカツ 22 ひじきの煮物 ゆかりごはん 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・ゆかり 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	ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶・生姜・人参・ ごま・万能ねぎ・醤油	豆腐のあんかけ・わかめときゅうりのごま酢 豆腐・片栗粉・薄力粉・なたね油・豚ひき・干し椎茸・長葱・人参・素精糖・醤油・ 酒・片栗粉 塩蔵わかめ・きゅうり・ごま・米酢・素精糖・塩・かつおだし
木	9 豆腐のプロバンス風 30 秋のフルーツサラダ バターロール 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 バターロール(卵入り) 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	小豆ごはん 精白米・胚芽米・小豆・塩・ごま・素精糖	大学かぼちゃ かぼちゃ・なたね油・素精糖・醤油・ごま	けんちんうどん・大学かぼちゃ 干しうどん・豚ひき・だいこん・にんじん・ごぼう・長葱・青菜・ごま油・味噌
金	10 カジキの衣焼き 24 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) 食パン・キャベツ・きゅうり・トマト・ハム・まぐろ缶・ジャム	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	味噌ハンバーグ・高野豆腐の煮物 豚ひき・玉葱・味噌・パン粉・塩 高野豆腐・にんじん・干し椎茸・いんげん・素精糖・醤油・みりん・塩
土	11 タンメンうどん 25 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		ラスク・チーズ ソフトフランス生地／バターロール生地・マーガリン・砂糖 ーロチーズ	< 今月のお知らせ > 夏の食材から、秋の食材へ。残暑はまだ厳しいですが、食材を見ていると季節の移り変わっているのを感じます。保育園の献立も秋メニューになります。お楽しみに！	

\* 乳児)エネルギー447kcal たんぱく質17.6g 脂質13.4g \* 幼児)エネルギー573kcal たんぱく質22.4g 脂質17.0g  
\* 0才児クラスのみ 朝の牛乳(豆乳入り)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。