

2022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	12 26	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・BP・卵・牛乳・油・豆乳・全粒粉	じゃがバター じゃがいも・バター・塩・青のり	回鍋肉うどん・じゃがバター 干しうどん・豚肉・キャベツ・人参・たけのこ・長葱・いんげん・生姜・味噌・醤油
火	13 27	ごはん 千草焼き 切干大根の煮物 麩とほうれん草のすまし汁	精白米・胚芽米 豚ひき肉・玉葱・人参・卵・生姜・小松菜・油・みりん・醤油・塩・かつおだし 切干大根・人参・干し椎茸・油揚げ・油・砂糖・醤油・みりん・いんげん 焼き麩・青菜・長葱・塩・醤油・かつおだし・昆布	とろみつき	くだもの・牛乳 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	麦茶 ブルーベリーラスク 食パン・ブルーベリージャム	くだもの 高野豆腐のケチャップ煮・じゃが芋の土佐煮 高野豆腐・片栗粉・油・玉葱・ピーマン・生姜・にんにく・ごま油・水・砂糖・酒 ケチャップ じゃがいも・削り節・砂糖・醤油・かつおだし
水	14 28	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・かつおだし・昆布	キャベツゆで	くだもの・牛乳 黒糖ラスク 食パン・黒砂糖・バター	麦茶 肉味噌おにぎり 精白米・胚芽米・鶏ひき肉・小松菜・味噌 みりん・油	魚の塩焼き・さつまいものひじき煮 魚・塩 さつまいも・人参・ひじき・醤油・砂糖
木	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・かつおだし	とろみつき きゅうりゆで	くだもの・牛乳 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	麦茶 梅おにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・塩・海苔	鶏肉のみそ焼き・じゃが芋の金平風 鶏モモ肉・味噌・醤油・酒・砂糖・油 じゃがいも・人参・いんげん・油・醤油・砂糖・油
金	2 16	ミートローフ こふきいも・にんじんグラッセ バターロール かぼちゃのポターージュ	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・昆布だし	とろみつき 食パンスティックつき	くだもの・牛乳 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	麦茶 わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	魚の生姜焼き・切干大根のはりはり漬け 魚・生姜・醤油・みりん・油 切干大根・人参・昆布・醤油・酢・かつおだし
土	3 17	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		じゃこトースト・チーズ 食パン・しらす干し・マヨネーズ・パセリ ーロチーズ	麦茶	わかめおにぎり・味噌汁
月	5 29 (木)	サバのカレー焼き 山家煮 さつまいもごはん 豆腐とわかめの味噌汁	サバ・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 豆腐・わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	とろみつき 肉刻み	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	焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき肉・油・塩・酒・味噌 醤油・砂糖・にんにく・ごま・人参	豆腐のあんかけ・かぶのキャベツの浅漬け 木綿豆腐・小麦粉・油・豚ひき肉・干し椎茸・長葱・人参・砂糖・醤油・片栗粉 かぶ・かぶの葉・キャベツ・塩
火	6 20	メンチカツ 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・かつおだし		くだもの・牛乳 やきいも(0歳児さつまいも煮) さつまいも・塩	麦茶 夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・人参・油揚げ・醤油 刻み昆布	魚の照り焼き・きゅうりの磯和え 魚・醤油・酒・みりん・油 きゅうり・青のり・塩
水	7 21	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・こんにゃく・長葱・豆腐・鶏ひき・青菜・醤油・塩・ごま油・にぼしだし・かつおだし	とろみつき	なすのおやき(0,1歳児おじや) 小麦粉・長芋・砂糖・ベーキングパウダー・塩・なす・みりん 砂糖・味噌・水	麦茶 いちごジャムサンド 食パン・いちごジャム	ハンバーグ・コールスローサラダ 豚ひき肉・玉葱・パン粉・かつおだし・塩・油・ケチャップ・ウスターソース・片栗粉 コーン・人参・キャベツ・きゅうり・油・酢・塩
木	8 22	豆腐のプロバンス風 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・昆布・醤油	梨りんご煮たもの使用 食パンスティックつき	8日)小豆ごはん 精白米・胚芽米・小豆・塩・ごま・素精糖 22日)おはぎ 精白米・胚芽米・もち米・小豆・素精糖 塩・きなこ・上白糖 くだもの・牛乳	麦茶 チーズじゃがもち じゃがいも・片栗粉・パセリ・とろけるチーズ マーガリン・塩	五目うどん・チーズじゃがもち 干しうどん・油揚げ・豚肉・ごぼう・人参・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩・酒 くだもの
金	9 30 (金)	9日)中華風オムレツ 30日)チャプチェ 鶏肉と大根煮 ごはん ねぎの味噌汁	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 30日)豚ひき肉・人参・玉葱・ピーマン・油・ 大根・いんげん・人参・鶏肉・油・片栗粉・酒・砂糖・醤油・バター・こんにゃく 精白米・胚芽米 油揚げ・万能ねぎ・わかめ・青菜・煮干し・味噌	とろみつき	9日)月見団子上新粉・白玉粉・小豆・砂糖・塩・醤油・片栗粉 30日)ハム野菜サンド(乳児ツナサンド) バターロール・キャベツ・きゅうり・トマト・ハム・まぐろ缶・ジャム	麦茶 じゃこ入りガーリックおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・にんにく・人参・油 塩・かつおだし	ポークオニオンソテー・あけぼのポテト 豚肉・油・玉葱・マッシュルーム・みりん・醤油 じゃが芋・塩・フルギン用マヨネーズ・ケチャップ・砂糖
土	10 24	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		りんごジャムパン・小魚 ソフトフランス生地/バターロール生地/パン・りんごジャム 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま)	< 今月のお知らせ > 夏食材から、秋食材へ。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。★のっぺい汁は新潟、奈良、島根、熊本と全国各地に伝わる郷土料理です。新潟では里芋でとろみをつけ、他県では片栗粉でとろみをつけるそうです。	くだもの・牛乳

* 乳児)エネルギー447kcal たんぱく質17.0g 脂質13.2g * 幼児)エネルギー576kcal たんぱく質21.8g 脂質16.9g
* 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。