

## 【今年度、初めて出る食材】

### 14(火)里芋



- 使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります

- 9月は、多文化おやつ  
ショートブレッド(スコットランド)
- 24日は、誕生会です

※納品の関係により、変更することがあります。~~マヨネーズ、ウイナーは、アレルギー不使用のものを使用します。~~

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	水	ロールパン 豆乳チキングラタン 大根サラダ キャベツのスープ りんご	ふりかけおにぎり 牛乳	バターロール、マカロニ 油、小麦粉、パン粉 さとう、ごま油、ごま 米	鶏小間肉、豆乳 パルメザンチーズ ちりめん 牛乳	たまねぎ、パセリ 大根、にんじん、もやし、きゅうり キャベツ、コーン、オレンジ 青のり	塩、コンソメ 酢、しょう油
2	木	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き キャベツの海苔炒め 清汁(わかめ・豆腐) 梨	フライドポテト 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ 油、じゃがいも	鶏もも肉、白味噌 木綿豆腐 牛乳	キャベツ、しめじ、刻み海苔 わかめ、梨、パセリ	塩、しょう油 みりん、出汁
3	金	カレーうどん たらちのチーズ焼き さつま芋サラダ りんご	鶏そぼろごはん 牛乳	うどん、片栗粉 さつま芋、油 エッグケアマヨネーズ 米、さとう	豚小間肉 たら、ピザ用チーズ 鶏ひき肉 牛乳	にんじん、ねぎ、もやし きゅうり、りんご 玉ねぎ	出汁、みりん しょう油、カレー粉 塩、
4	土	ごはん 鶏肉の甘辛炒め きゅうりの中華和え 味噌汁(麩・ねぎ) りんご	きなこのホットケーキ 牛乳	米、さとう 小麦粉、油、ごま油、麩 バター、コーンスターチ 黒砂糖	鶏小間肉 白味噌 豆乳、黄な粉 牛乳	玉ねぎ、きゅうり にんじん、もやし、ねぎ オレンジ	しょう油、みりん 酢、出汁 ベーキングパウダー
5	日						
6	月	ごはん 鶏肉のつくね 春雨の中華炒め 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) 梨	マカロニ黄な粉 牛乳	米、片栗粉 さとう、ごま、春雨 ごま油、マカロニ	鶏ひき肉、木綿豆腐 白味噌 黄な粉 牛乳	ねぎ、玉ねぎ、にんじん しめじ、ほうれんそう キャベツ、梨	塩、しょう油 みりん、中華だし 出汁
7	火	ごはん 鮭のみみじ焼き 小松菜のおかか和え 味噌汁(豆腐・玉ねぎ) りんご	冷やしそうめん 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ そうめん	鮭、花鰹 木綿豆腐、白味噌 牛乳	にんじん、小松菜 もやし、玉ねぎ オレンジ、きゅうり	しょう油、出汁 塩、
8	水	ジャムパン ポテトグラタン ツナサラダ 野菜スープ(コーン・人参) りんご	きのこごはん 牛乳	食パン、じゃが芋 油、小麦粉 米、ごま いちごジャム	豚ひき肉、豆乳 ピザ用チーズ ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、パセリ きゅうり、キャベツ、わかめ コーン、にんじん、オレンジ えのき、しめじ	ケチャップ、塩 酢、しょう油、塩 コンソメ
9	木	ごはん 鶏肉のごま焼き 五目煮豆 味噌汁(なめこ・ねぎ) 梨	ショートブレッド 牛乳	米、さとう 小麦粉、黒ごま、油 バター	鶏もも肉 大豆水煮、白味噌 牛乳	にんじん、こんにやく いんげん、なめこ、玉ねぎ 梨	しょう油、みりん 出汁
10	金	ごはん 豆腐チャンプルー シルバーサラダ 味噌汁(大根・油揚げ) 梨	芋餅 たご焼き風 牛乳	米、ごま油 春雨、油 エッグケアマヨネーズ じゃが芋、片栗粉	木綿豆腐 豚小間肉 油揚げ、白味噌 花鰹 牛乳	にんじん、もやし、にら きゅうり、コーン 大根、オレンジ 青のり	料理酒、しょう油 塩、中濃ソース 出汁
11	土	ごはん 焼肉 さつま芋の甘煮 味噌汁(切干し・人参) りんご	マーマレード蒸しパン 牛乳	米、油、さとう ごま油、さつま芋 小麦粉 マーマレードジャム	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	ピーマン、もやし、玉ねぎ しょうが、切干大根、にんじん 梨、	しょう油、みりん 出汁 ベーキングパウダー
12	日						
13	月	ロールパン 豆腐のミートローフ ひじきサラダ ポテトスープ 梨	中華おこわ 牛乳	バターロール 油、さとう、じゃが芋 米、もち米 ごま、パン粉	木綿豆腐、豚ひき肉 豆乳 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、ひじき、にんじん きゅうり、コーン、梨 干しいたけ	ケチャップ、 中濃ソース 酢、しょう油 コンソメ、塩 料理酒

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
14	火	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き きんぴらごぼう 味噌汁(里芋・油揚げ) りんご	焼きうどん 牛乳	米、マーマレードジャム 油、さとう、里芋 うどん	鶏もも肉 油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	にんじん、こんにやく、ごぼう ピーマン、りんご 玉ねぎ、青のり	しょう油、料理酒 みりん、出汁 中濃ソース 塩
15	水	ごはん しょうが焼き マカロニサラダ 味噌汁(かぼちゃ・たまねぎ) 梨	揚げパン 牛乳	米、さとう、油 マカロニ エッグケアマヨネーズ かぼちゃ バターロール	豚小間肉 白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ピーマン しょうが、きゅうり オレンジ	しょう油、料理酒 塩、出汁
16	木	ドライカレー コールスロー コンソメスープ 梨	黒ごま黄な粉クッキー 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、黒ごま	豚ひき肉 きなこ 牛乳	玉ねぎ、にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、トマト きゅうり、キャベツ、もやし チンゲン菜、梨	ウスターソース カレー粉、塩 酢、コンソメ
17	金	ごはん レバーの竜田揚げ かぼちゃの煮物 味噌汁(えのき・小松菜) りんご	ラーメン 牛乳	米、片栗粉、油 かぼちゃ、中華麺 さとう	豚レバー 白味噌 牛乳	えのき、小松菜、梨 わかめ、コーン、ねぎ	塩、しょう油 出汁、鶏がらスープ
18	土	ごはん 高野豆腐と鶏肉の煮物 三色おひたし 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) りんご	ゼリー、クラッカー 牛乳	米、さとう	高野豆腐、鶏小間肉 花鰹 白味噌 牛乳	にんじん、だいこん、いんげん ほうれん草、もやし、わかめ 玉ねぎ、オレンジ ぶどうジュース	出汁、しょう油 寒天
19	日						
20	月	敬老の日					
21	火	焼き鳥弁 切干しのマヨ和え 味噌汁(麩・ねぎ) りんご	シュガートースト 牛乳	米、さとう、片栗粉 エッグケアマヨネーズ 麩、食パン	鶏小間肉 ツナ缶 白味噌 牛乳	玉ねぎ、刻みのり 切干大根、にんじん、きゅうり ねぎ、りんご	しょう油、みりん 出汁 塩
22	水	五目うどん ひじき入りつくね焼き じゃがいものきんぴら 梨	おはぎ 牛乳	うどん、じゃが芋 さとう、油 米、もち米、黒ごま 片栗粉	油揚げ 木綿豆腐、豚ひき肉 きなこ 牛乳	にんじん、ねぎ、ほうれん草 ひじき、ピーマン、梨 しめじ	出汁、みりん しょう油、塩 料理酒
23	月	秋分の日					
24	金	わかめごはん たらのカレーフリッター ブロッコリーサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) 梨	かぼちゃケーキ 牛乳	米、小麦粉、片栗粉 油、かぼちゃ バター さとう	たら 木綿豆腐、白味噌 豆乳、 ホイップクリーム 牛乳	ブロッコリー、もやし にんじん、なめこ 梨	わかめごはんの基 ベーキングパウダー 酢、しょう油、出汁
25	土	ごはん 鶏肉と大豆の旨煮 野菜スティック 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	ツナおにぎり 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ じゃが芋	鶏小間肉 大豆水煮 白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、いんげん きゅうり、玉ねぎ りんご	料理酒、みりん しょう油、出汁
26	日						
27	月	ごはん かじきのみそ焼き ポテトサラダ 清汁(小松菜・ねぎ) 梨	炒めビーフン 牛乳	米、小麦粉、さとう じゃが芋 エッグケアマヨネーズ ビーフン	かじき、白味噌 豚ひき肉 牛乳	にんじん、きゅうり、小松菜 ねぎ、梨 玉ねぎ、ピーマン、もやし	料理酒、みりん しょう油、塩 出汁、中華だし
28	火	ジャムパン ポークビーンズ 切干しサラダ キャベツの豆乳スープ りんご	コーンピラフ 牛乳	食パン、油 さとう、ごま油 米、 いちごジャム	豚小間肉 大豆水煮 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ピーマン トマト缶、切干大根、きゅうり キャベツ、りんご コーン	コンソメ、ケチャップ 酢、しょう油、塩 ウスターソース
29	水	ごはん 鶏肉の甘酢炒め 白菜のおひたし 中華スープ(わかめ・もやし) 梨	のりチーズトースト 牛乳	米、油、さとう 食パン エッグケアマヨネーズ 片栗粉	鶏小間肉 花鰹 ピザ用チーズ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン 白菜、ほうれん草、にんじん わかめ、もやし、梨 刻みのり	酢、しょう油 鶏がらだし
30	木	ツナカレーライス 和風サラダ りんご	ミートソーススパゲティ 牛乳	米、じゃが芋、油 バター、小麦粉 スパゲティ	ツナ缶 豚ひき肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ、 もやし、わかめ、きゅうり コーン、りんご	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース 酢、しょう油