

9月 予定献立表



※中期食の給食は基本的に色の食材を刻んで使用し、色はおやつになります。

さんさん保育園

曜日	献立名	材 料	お や つ
1 日 (金)	ごはん タンドリーチキン きゃべつのみそ汁 マカロニサラダ	米 鶏肉・玉葱・ヨーグルト・カレー粉・トマト きゃべつ・人参・油揚げ マカロニ・胡瓜・ハム・コーン	コロコロボール さつまいも・三温糖・コーンフレーク・ホイップ きんとん
2 日 (土)	豚肉のスタミナ丼 なすのみそ汁 カミカミサラダ	米・豚肉(鶏肉)・にら・卵・玉葱・しめじ なす・人参・油揚げ ごぼう・人参・さきいか	チーズ蒸しパン 蒸しパンミックス・チーズ・ホイップ・三温糖 蒸しパン
4 日 (月)	カレーライス 白菜のスープ たたき胡瓜	米・豚肉(鶏肉)・人参・じゃがいも・玉葱・福神漬 白菜・人参・鶏ひき肉 胡瓜	フルーツヨーグルト ヨーグルト・バナナ・みかん缶・もも缶 ヨーグルト
5 日 (火)	鶏南蛮うどん 大豆のコロコロサラダ	干しうどん・鶏ひき肉・人参・椎茸・葱 大豆・人参・胡瓜・トマト・チーズ・ハム・じゃがいも	青菜のおにぎり 米・青菜ふりかけ・海苔 おかゆ
6 日 (水)	ごはん さばの南部揚げ さつまい ひじきの煮物	米 さば(かれい)・トマト 豚肉・さつまいも・人参・ごぼう・さつまい揚げ・葱 ひじき・人参・油揚げ・いんげん	黒ゴマラスク 食パン・すりごま・グラニュー糖・マーガリン スティックパン
7 日 (木)	ごはん 麻婆豆腐 かに玉スープ 小魚サラダ	米 豆腐・豚ひき肉(鶏ひき肉)・玉葱・万能葱 カニカマ・卵・椎茸・葱・玉葱 しらす・ひじき・きゃべつ・人参・コーン	スイートポテトケーキ さつまいも・小麦粉・バター・卵・三温糖・牛乳 きんとん
8 日 (金)	ごはん 白身魚の磯辺焼き なめこのみそ汁 れんこんのきんぴら	米 からすがれい・海苔・トマト なめこ・豆腐・葱 れんこん・にんじん・いんげん	ミックスゼリー かんてんぱぱ(ぶどう・マスカット)
9 日 (土)	鮭チャーハン わかめのみそ汁 胡瓜と菊のナムル	米・鮭フレーク・卵・万能葱 わかめ・葱・油揚げ 胡瓜・菊	パンケーキ ホットケーキミックス・卵・牛乳・三温糖 パンケーキ
11 日 (月)	ごはん 豚肉ときのこのガーリックマヨ 青菜とたまごのスープ 春雨サラダ	米 豚肉(鶏肉)・舞茸・エリンギ・しめじ・玉葱・万能葱 ほうれん草・卵・葱 春雨・人参・胡瓜・ハム	ココアロール 小麦粉・ドライイースト・バター・卵・ココア・三温糖 お菓子
12 日 (火)	ツナの和風パスタ 大根のスープ 豚肉と胡瓜のサラダ	スパゲティ・ツナ・玉葱・万能葱・海苔・しめじ 大根・人参・椎茸・葱 豚肉・胡瓜	おかかおにぎり 米・かつおぶし・塩昆布 おかゆ
13 日 (水)	ごはん 鮭のオーロラ焼き 豚汁 胡瓜とごぼうのサラダ	米 サーモン(かれい)・ブロッコリー 豚肉・大根・人参・しらたき・厚揚げ・葱 胡瓜・ごぼう	きんとんパイ さつまいも・三温糖・餃子の皮・ホイップ きんとん
14 日 (木)	ごはん のり塩チキン トマトのサンラータン風 コールスローサラダ	米 鶏肉・ブロッコリー トマト・卵・万能葱・椎茸 きゃべつ・人参・コーン	ポテサラトースト 食パン・じゃがいも・チーズ スティックパン
15 日 (金)	ハヤシライス ポトフ シーザーサラダ	米・豚肉(鶏肉)・しめじ・玉葱 ソーセージ・人参・玉葱・大根・きゃべつ・じゃがいも レタス・ベーコン・胡瓜・クルトン・卵・粉チーズ	ブラマンジェ 牛乳・ゼラチン・生クリーム・グラニュー糖 ゼリー

曜日	献立名	材 料	お や つ
16日 (土)	テリチキ丼 わかめのみそ汁 胡瓜とトマトのサラダ	鶏肉・レタス・海苔・万能葱 わかめ・油揚げ・葱 胡瓜・トマト	チーズポテト じゃがいも・チーズ ・片栗粉 マッシュポテト
18日 (月)			
19日 (火)	肉うどん 野菜のかきあげ	干しうどん・牛肉(鶏肉)・玉葱・万能葱 玉葱・人参・ごぼう・卵	カトルカール 小麦粉・三温糖・卵・ バター パンケーキ
 20日 (水)	炊き込みご飯 鮭のちゃんちゃん焼き いものこ汁 わかめの酢の物	米・人参・鶏肉・油揚げ・みつ葉・ごぼう サーモン(白身魚)・きゃべつ・しめじ・人参・玉葱 鶏肉・里芋・舞茸・葱・芹・ごぼう・しらたき わかめ・胡瓜・カニカマ	杏仁豆腐 牛乳・三温糖・バナ ナ・みかん缶・もも缶 果物
21日 (木)	ごはん 肉じゃが 切干大根のみそ汁 青菜の納豆和え	米 豚肉(鶏肉)・じゃがいも・人参・玉葱・椎茸・しらたき・いんげん 切干大根・人参・ごぼう・油揚げ 納豆・ほうれん草・人参	やきそば 中華麺・きゃべつ・豚 肉・もやし・青のり お菓子
22日 (金)	豚二郎玉丼 肉団子のスープ 千切りサラダ	米・卵・豚肉(鶏肉)・にら・椎茸 白菜・万能葱・豚ひき肉・豆腐・しめじ 切干大根・人参・胡瓜	ポンデケージョ 白玉粉・卵・牛乳・粉 チーズ 蒸しパン
23日 (土)			
25日 (月)	ごはん 白身魚の甘酢あん ふのりのみそ汁 焼き豚サラダ	米 かれい・玉葱・人参・万能葱 ふのり・じゃがいも・厚揚げ・玉葱 チャーシュー・レタス・胡瓜	れんこんチップ れんこん お菓子
26日 (火)	アマトリチャーナ ジュリアンスープ きのことチキンのデリサラダ	スパゲティ・玉葱・ベーコン・チーズ・トマト きゃべつ・人参・玉葱 鶏肉・しめじ・えりんぎ・卵・レタス・サニーレタス	鮭わかめおにぎり 米・わかめ・鮭フレ ーク おかゆ
27日 (水)	ごはん 豚肉のマーマレード焼き もずくスープ ツナコーンサラダ	米 豚肉(鶏肉)・マーマレードジャム・トマト もずく・椎茸・人参・万能葱 レタス・サニーレタス・胡瓜・ツナ・コーン	じゃこトースト 食パン・しらす干し・ マヨ・チーズ・青のり スティックパン
28日 (木)	ごはん 鮭のパン粉焼き きのこのみそ汁 切干とカニカマのサラダ	米 サーモン(かれい)・パン粉・ブロッコリー 椎茸・しめじ・えのき・なめこ・豆腐・葱 切干大根・胡瓜・カニカマ	黒ゴマプリン 黒ゴマ・牛乳・ゼラチ ン・三温糖 ゼリー
 29日 (金)	キャロットライス うさぎハンバーグ ほうとう にんじんのマリネ	米・人参 豚ひき肉(鶏ひき肉)・玉葱・パン粉・じゃがいも 豚肉・かぼちゃ・人参・ごぼう・しめじ・油揚げ・葱・きしめん 人参・粉チーズ・ハム	月見ドーナツ 小麦粉・卵・牛乳・三 温糖・バター・きな粉 パンケーキ
30日 (土)	きつねうどん いなりずし えび天	うどん・油揚げ・葱・椎茸・かまぼこ 米・おいなりの皮 えび(鶏ささみ)	蒸しパン 蒸しパンミックス・ 牛乳

※20日(水)お誕生会でプレートランチの日です。

