

9 月予定幼児食献立表

令和3年

みやび認定こども園

作成者:上原典恵

日	曜日	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	水	【おが献立】ごはん チキンの味噌漬け焼き 果物 きんぴらごぼう ほうれん草のすまし汁	ココア蒸しパン 牛乳	豚肉 ちき揚げ 牛乳	白米 ココアチョコ こんにやく 強力粉 黒糖 砂糖	人参 インゲン ゴボウ エノキ ホウレン草 果物	
2	木	焼きそば きゅうりと大根の梅肉和え アーサのすまし汁 果物	いりこ菜おにぎり お茶	豚肉 アーサ 牛乳	焼きそば麺 油 白米	人参 玉ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり 大根 ねぎ 冬瓜 果物	
3	金	麦ごはん 魚のパン粉焼き かぼちゃサラダ 野菜スープ 果物	チーズサブレ 牛乳	チーズ バター さわら 牛乳	白米 押し麦 マヨネーズ 小麦粉 ゴマパン粉	大根 エノキ 小松菜 レーズン トマト 南瓜 果物	
4	土	中華あんかけ丼 冬瓜のみそ汁 果物	胚芽クラッカー チーズ 牛乳	豚肉 アーサ チーズ	白米 かたくり粉 油 コーン 胚芽クラッカー	人参 玉ねぎ もやし ニラ チンゲン菜 冬瓜 ねぎ 果物	
6	月	ごはん 鮭の塩焼き 豆サラダ 厚揚げ豆腐のみそ汁 果物	ゴマケーキ 牛乳	鮭 大豆 枝豆 厚揚げ豆腐 牛乳 バター ツナ 卵 ニーゼンズ 卵	白米 小麦粉 ホットケーキミックス ゴマ 砂糖 油	人参 きゅうり 長ねぎ 小松菜 果物	
7	火	ごはん チキンのピザ焼き ヤングコーンのソテー しめじのみそ汁 果物	オートミールクッキー 牛乳	鶏肉 ウィンナー バター 牛乳 ワカメ	白米 ヤングコーン 砂糖 油 オートミール小麦粉	人参 ねぎ シメジ 赤パプリカ ブロッコリー 果物	
8	水	 お 弁 当 会 					
9	木	ごはん 鯖のゴマみそ焼き 筑前煮 ゆし豆腐 果物	レーズンケーキ 牛乳	鯖 鶏モモ肉 ゆし豆腐 バター 卵 牛乳	白米 コシカメ 砂糖	人参 大根 インゲン ゴボウ タケノコ ねぎ シイタケ レーズン 果物	
10	金	あわごはん ハッシュドホーク ツナサラダ もずくスープ 果物	フルーツヨーグルト クラッカー	豚肉 ツナ ヨーグルト もずく 大豆 牛乳	白米 あわ 油 クラッカー	人参 玉ねぎ シメジ ビーマン 果物 キャベツ キウリ 黄ピーマン 白菜 ニラ	
11	土	ごはん 豚肉ときのこのオイスターソース炒め キャベツのみそ汁 果物	コーンフレーク 牛乳	豚肉 油揚げ 牛乳	白米 コンフレーク 油	しめじ 赤ピーマン ビーマン キャベツ 玉ねぎ ねぎ 果物	
13	月	肉野菜そば きゅうりのツナ和え 果物	ふりかけおにぎり お茶	豚肉 牛乳 わかめ ツナ	沖縄そば 白米 油	キャベツ 玉ねぎ 果物 人参 には キウリ	
14	火	ごはん カラフルマーボー豆腐 中華和え 春雨スープ 果物	かぼちゃケーキ 牛乳	豚ミンチ 木綿豆腐 ちくわ 牛乳 ワカメ 卵 チーズ バター	白米 砂糖 小麦粉 春雨 ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ ビーマン 南瓜 果物 ニラ 黄ピーマン 白菜 きゅうり	
15	水	ごはん 白身魚マヨ焼き ひじき炒め 豚汁 果物	ポンデケーキ 牛乳	さわら チキ揚げ 豚肉 牛乳 ひじき チーズ 油揚げ	白米 砂糖 小麦粉 しらたき じゃが芋 片栗粉	人参 レンコン 大根 ねぎ 果物	
16	木	鶏丼 わかめときゅうりの和え物 小松菜のみそ汁 果物	おやつパン 牛乳	鶏肉 カニかま ワカメ 牛乳	白米 油 おやつパン	人参 玉ねぎ 果物 小松菜 エノキ きゅうり ビーマン	
17	金	ファイト一発!!カツカレー わかめスープ 果物	ガトーショコラ 牛乳	豚肉 ワカメ 卵 牛乳	白米 じゃが芋 小麦粉 油 チョコ ココア パン粉	人参 玉ねぎ 果物 長ねぎ	
18	土	 体 育 あ そ び 2021 					
21	火	麦ごはん 鮭のオーロラソース焼き チンゲン菜ときのこ炒め なめこ汁 果物	アガラサー 牛乳	鮭 豚肉 牛乳 卵	白米 押し麦 マヨネーズ 黒糖 強力粉	人参 シメジ 玉ねぎ 果物 チンゲン菜 小松菜 なめこ	
22	水	あわごはん 肉じゃが 果物 ゴマ和え 大根のみそ汁	おやつパン 牛乳	豚肉 油揚げ 牛乳 ワカメ	白米 あわ 砂糖 油 しらたき おやつパンゴマ じゃが芋	人参 玉ねぎ 果物 ねぎ 小松菜 大根	
24	金	【お誕生日給食】マッシュルームミートスパゲッティ チキンナゲット ブロッコリーサラダ パパイヤスープ 果物	パースデーケーキ 牛乳	合挽き肉 チキンナゲット バター ツナ 卵 粉チーズ 牛乳	スパゲッティ コーン 砂糖 オートミール 小麦粉	人参 玉ねぎ ブロッコリー トマト アスパラ パパイヤ カイワレ 果物	
25	土	ごはん ドライカレー 小松菜スープ 果物	源氏パイ ミニゼリー 牛乳	豚ミンチ チーズ 牛乳	白米 ミニゼリーコーン 源氏パイ	人参 玉ねぎ シメジ 小松菜 グリンピース 果物	
27	月	ごはん パプリカみそ炒め 果物 ブロッコリーチーズ焼き えのきのすまし汁	小倉あんケーキ 牛乳	豚ロース肉 バター チーズ 牛乳	白米 マヨネーズ 油 小倉あん コシカメ ホットケーキミックス 小麦粉 砂糖	玉ねぎ 人参 赤黄パプリカ エノキ ブロッコリー ほうれん草 果物	
28	火	黒米ごはん 鮭の香味焼き 切り干し大根イリチー コンソメスープ 果物	スノーボール 牛乳	鮭 ちき揚げ バター 牛乳	白米 黒米 枝豆 小麦粉 砂糖	人参 小松菜 セロリ トマト 切干大根 玉ねぎ 果物	
29	水	ごはん 照り焼きチキン ウィンナー サクサクサラダ クラムチャウダー 果物	おやつパン 牛乳	鶏肉 ウィンナー 牛乳 あさり 卵	白米 クルトン 油 じゃが芋 おやつパン	キャベツ キウリ 玉ねぎ パセリ ほうれん草 赤ピーマン 果物	
30	木	あわごはん 鯖のカレームニエル タマナーチャンプルー 小松菜のみそ汁 果物	くずもち 牛乳	鯖 きな粉 木綿豆腐 ホーク 牛乳	白米 黒糖 芋くず 砂糖	人参 玉ねぎ 小松菜 果物 干シイタケ キャベツ ニラ	

*9月20日は敬老の日でお休みです。

*9月23日は秋分の日でお休みです。

※食材の都合により献立を変更する事があります。

