

2024年9月



みやびの杜保育園 給食予定献立表



日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
2	月	ごはん 鶏じゃが ブロッコリーサラダ 黄桃缶 すまし汁	鶏肉 フィッシュソーセージ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・人参 黄桃(缶詰) キャベツ・万能ねぎ	米(国産) じゃが芋・砂糖 砂糖 おつゆ麩	だし・醤油・みりん風調味料・料理酒 青じそドレッシング(ノンオイル) だし・醤油・塩	フルーツヨーグルト 牛乳	パイン(缶詰)・黄桃(缶詰) ヨーグルト・砂糖 牛乳
3	火	ごはん 豚肉と野菜のチャンプルー 南瓜の煮物 パイン缶 みそ汁	豚肉・かつお節・卵 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参・万能ねぎ かぼちゃ・さやいんげん パイン(缶詰) 白菜・万能ねぎ	米(国産) 油・調合ごま油 砂糖	醤油・塩・味塩こしょう 醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし だし	レモンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・バター 卵・レモン果汁 牛乳
4	水	ごはん 魚の塩焼き オクラのシーカー酢の物 バナナ 豚汁	さば 鶏ささみ 豚肉・豆腐・赤みそ・白みそ	オクラ・人参・四季柑シーカーサー バナナ 人参・万能ねぎ	米(国産) 油 砂糖 じゃが芋・つきこんにゃく	塩 醤油 だし	シュガー揚げパン 牛乳	コッペパン・油 グラニュー糖 牛乳
5	木	冷やし中華 ちくわのフライ オレンジ	鶏ささみ・錦糸卵 ちくわ オレンジ	人参・きゅうり オレンジ	ラーメン・調合ごま油・油 小麦粉・パン粉・油	塩・冷やし中華の素 塩	炒飯おにぎり お茶	米(国産)・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・コーン グリーンピース・油・中華だし・味塩こしょう・醤油 お茶
6	金	タコライス風 大根のごまサラダ バナナ コンソメスープ	豚ひき肉・ミックスチーズ	玉ねぎ・にんにく・キャベツ・トマト 大根・コーン・きゅうり バナナ かぼちゃ・玉ねぎ・ドライパセリ	米(国産)・油 ごまドレッシング	トマトケチャップ・ウスターソース・料理酒 コンソメ	さつま芋パンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・さつま芋 牛乳・油 牛乳
7	土	とりそぼろ丼 白菜とほうれん草の和え物 オレンジ みそ汁	鶏ひき肉 かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・しょうが・グリーンピース 白菜・ほうれん草・人参 オレンジ わかめ・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉	醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし・塩 醤油・みりん風調味料 だし	豆乳ウエハース 牛乳	豆乳ウエハース 牛乳
9	月	ごはん 豚肉とシマナーのオイスターソース炒め オクラの塩昆布和え みかん缶 すまし汁	豚肉	キャベツ・からし菜・さやいんげん オクラ・人参・コーン・塩昆布 みかん(缶詰) 大根・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) じゃが芋・油・砂糖・調合ごま油	オイスターソース・醤油 醤油 だし・醤油・塩	ヨーグルトマフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・ヨーグルト・卵 牛乳
10	火	秋野菜カレー 彩りサラダ 白桃缶	豚肉	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・しめじ キャベツ・きゅうり・人参・黄パプリカ 白桃(缶詰)	米(国産)・さつま芋・油・砂糖 マヨネーズ	カレーフレーク・コンソメ・トマトケチャップ・醤油	マスカットゼリー 牛乳	マスカットゼリーの素・パイン(缶詰) 黄桃(缶詰) 牛乳
11	水	ごはん 魚のパン粉焼き 大豆と野菜のひじき炒め煮 バナナ みそ汁	メルルーサ・粉チーズ 大豆 赤みそ・白みそ	ひじき・大根・人参・グリーンピース・干しいたけ バナナ 白菜・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・パン粉・油 糸こんにゃく(白滝)・油 じゃが芋	塩・トマトケチャップ 醤油・みりん風調味料・料理酒 だし	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 油・塩 牛乳
12	木	ナポリタンスパゲティ 黄桃缶 野菜たっぷりスープ	ウインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・ドライパセリ 黄桃(缶詰) かぼちゃ・キャベツ・玉ねぎ	スパゲティ・油・小麦粉・砂糖	料理酒・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 コンソメ	豚と昆布のじゅーしーおにぎり お茶	米(国産)・豚肉・調合ごま油・人参・干しいたけ・細切昆布 万能ねぎ・醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし お茶
13	金	ごはん 魚の味噌焼き ブロッコリーのごましそ和え バナナ かき玉汁	さば・赤みそ・白みそ 卵	ブロッコリー・人参・黄パプリカ バナナ 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 白ごま でん粉	料理酒・みりん風調味料 ゆかり だし・醤油・塩	麩のきなこスナック 牛乳	おつゆ麩・油 きな粉・砂糖 牛乳
14	土	豚きのご丼 ソーセージとキャベツのサラダ オレンジ みそ汁	豚肉 フィッシュソーセージ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・えのきたけ・人参・しめじ・グリーンピース キャベツ・人参 オレンジ 白菜・わかめ・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 玉ねぎドレッシング おつゆ麩	和風だし・みりん風調味料・醤油・料理酒 だし	ソフトサラダ 牛乳	ソフトサラダせんべい 牛乳

17	火	炊き込みごはん ミニ魚のつけ焼 さつまいもサラダ パイン缶 すまし汁	鶏肉・油揚げ メルルーサ はんぺん	人参・干しいたけ コーン・グリーンピース パイン(缶詰) 玉ねぎ・わかめ	米(国産) 砂糖・油 さつまいも・マヨネーズ	醤油・みりん風調味料・だし 醤油・みりん風調味料 塩 だし・醤油・塩	ピーチゼリー 牛乳	ピーチゼリーの素 黄桃(缶詰) 牛乳
18	水	【お弁当の日】  					黒糖サターアンダギー 牛乳	サターアンダギーミックス・砂糖・卵 牛乳・油 牛乳 
19	木	沖縄そば ササミとオクラの和え物 オレンジ	豚角煮 鶏ささみ・かつお節	人参・白菜・玉ねぎ・万能ねぎ オクラ・人参 オレンジ	沖縄そば	だし・沖縄そばだし 醤油・みりん風調味料	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 お茶
20	金	ごはん 親子煮 ブロッコリーのごまサラダ バナナ みそ汁	鶏肉・卵 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・人参 バナナ かぼちゃ・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 糸こんにゃく(白滝)・でん粉・砂糖 ごまドレッシング	醤油・みりん風調味料・和風だし だし	ひらやーちー 牛乳	ちくわ・人参・ニラ・小麦粉 卵・牛乳・塩・油 牛乳
21	土	もずく丼 大根の酢の物 オレンジ すまし汁	豚肉	もずく・ピーマン・コーン・人参・しょうが 大根・きゅうり・人参 オレンジ 白菜・万能ねぎ	米(国産)・調合ごま油・砂糖・でん粉 砂糖・白ごま おつゆ麩	醤油・みりん風調味料 酢・醤油 だし・醤油・塩	五穀ビスケット 牛乳	五穀ビスケット 牛乳
24	火	冷やしうどん ちくわの磯辺揚げ みかん缶	ちくわ	きゅうり・人参・わかめ あおさのり みかん(缶詰)	うどん 小麦粉・油	つゆ 	ピラフおにぎり お茶	米(国産)・コンソメ・塩・ウインナー 玉ねぎ・人参・ドライパセリ・油 お茶
25	水	【おにぎりの日】 ごはん 鶏肉の竜田揚げ ブロッコリーのおかか和え バナナ みそ汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	しょうが ブロッコリー・人参 バナナ かぼちゃ・キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・でん粉・油	醤油・料理酒 醤油・みりん風調味料 だし	きなこトースト 牛乳	食パン・マーガリン・きな粉 砂糖・塩 牛乳
26	木	【お誕生日会】 わかめごはん チキンチャップ カラフルサラダ バナナ コーンクリームスープ	鶏肉 ツナフレーク  牛乳	わかめご飯の素 白菜・きゅうり・人参・黄パプリカ バナナ ドライパセリ	米(国産) 小麦粉・油・砂糖 マヨネーズ	塩・トマトケチャップ・ウスターソース・コンソメ コーンクリームスープの素	お楽しみケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・ミルクココア(粉)・油 砂糖・白桃(缶詰)・ホイップクリーム 牛乳
27	金	ごはん 魚のバター醤油焼き 切干大根の煮物 白桃缶 みそ汁	メルルーサ 油揚げ  赤みそ・白みそ	切干大根・人参・グリーンピース 白桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・バター 砂糖 じゃが芋	塩・醤油 醤油・みりん風調味料・和風だし だし	バニラババロア 牛乳	バニラババロアの素・牛乳 黄桃(缶詰) 牛乳
28	土	炒飯 豆腐サラダ オレンジ みそ汁	牛豚ひき肉 豆腐・鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・コーン・ピーマン オクラ・人参 オレンジ 大根・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・油 砂糖	中華だし・塩・カレーパウダー 青じそドレッシング(ノンオイル) だし	星たべよ 牛乳	星型せんべい 牛乳
30	月	ハヤシライス キャベツのサラダ 黄桃缶	牛肉 フィッシュソーセージ	玉ねぎ・人参・グリーンピース キャベツ・コーン 黄桃(缶詰)	米(国産)・油 マヨネーズ 	ハヤシフレーク	パウンドケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・バター 砂糖・卵 牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。