

2021年度 9月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (水)	ピピン丼	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油	牛乳	17日 (金)	ごはん	米	牛乳
	キャベツときゅうりのサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、油	チーズトースト (食パン、マヨネーズ、チーズ)		豚しゃぶ	豚もも肉、きゅうり、もやし、レタス、トマト、みそ、白ごま、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖	梨/せんべい
	みそ汁	木綿豆腐、たまねぎ、えのき、かつお昆布だし、米みそ			切り干し大根の煮物	切り干し大根、にんじん、うすあげ、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお昆布だし	
	ゼリー				すまし汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、しめじ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	
2日 (木)	冷やし中華	中華麺、豚ロース肉、きゅうり、もやし、ミニトマト、卵、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	牛乳	18日 (土)	チャーハン	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油	牛乳
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん	市販菓子		キャベツのツナサラダ	キャベツ、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油	市販菓子
	いりこ	いりこ			みそ汁	木綿豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	チーズ
	ゼリー						バナナ
3日 (金)	梅ごはん	米、うめぼし、大葉、白ごま、ちりめんじゃこ	牛乳	敬老の日			
	鮭の塩焼き	鮭、塩	マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)				
	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、にんじん、納豆、ひじき、しょうゆ、砂糖					
	みそ汁	絹ごし豆腐、うすあげ、えのき、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ					
4日 (土)	チキンライス	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ケチャップ、塩	牛乳	21日 (火)	ごはん	米	牛乳
	キャベツの甘酢あえ	キャベツ、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖	水ようかん
	みそ汁	焼きたて、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	チーズ		ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ	(こしあん、寒天)
	ゼリー		バナナ		すまし汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、焼きたて、わかめ、ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
6日 (月)	ごはん	米	牛乳	22日 (水)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳
	鮭の味噌煮	鮭(乳児は鮭)、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、しょうゆ、酒	梅ゼリー/ビスケット (梅ジュース、アガー、砂糖)		肉じゃが	牛こま肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん	菓子パン
	こまつなを煮びたし	こまつな、にんじん、うすあげ、酢、砂糖、しょうゆ			ひじきのごま和え	ひじき、にんじん、きゅうり、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、塩、油	
	とうがんスープ	とうがん、鶏ひき肉、しょうが、しめじ、ねぎ、しょうゆ、酒、塩			みそ汁	木綿豆腐、うすあげ、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
7日 (火)	ごはん/ゆかり納豆	米、納豆、ゆかり	牛乳	秋分の日			
	鶏肉のさっぱり煮	鶏もも肉、しょうが、酢、砂糖、酒、しょうゆ	フライドポテト (じゃがいも、塩)				
	ひじきのサラダ	ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ					
	みそ汁	絹ごし豆腐、かぼちゃ、うすあげ、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ					
8日 (水)	カレーライス	米、牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、りんご、カレールー、油	お茶	24日 (金) 誕生日会	ごはん/ふりかけ	米、ゆかり、白ごま	牛乳
	キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩	フルーツヨーグルト/ウエハース (ヨーグルト、砂糖、みかん缶、バナナ、もも缶)		鶏肉の唐揚げ	鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油	誕生日ケーキ
	チーズ・トマト	チーズ・トマト			ココロサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩	(小麦粉、砂糖、サラダ油)
	ゼリー				和風スープ	キャベツ、たまねぎ、エリンギ、ベーコン、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	牛乳、梨、みかん缶 ホイップクリーム)
9日 (木)	冷やしきつねうどん	うどん、うすあげ、ほうれん草、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	牛乳	25日 (土)	中華丼	米、豚こま肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、片栗粉、油	牛乳
	野菜のごま和え	きゅうり、にんじん、キャベツ、ツナ缶、白ごま、酢、砂糖、塩、油	ジャムトースト (食パン、ブルーベリージャム)		もやしのナムル	もやし、酢、砂糖、塩、ごま油	市販菓子
	いりこ	いりこ			みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	チーズ
	バナナ	バナナ			ゼリー		バナナ
10日 (金)	ごはん	米	牛乳	27日 (月)	ごはん	米	牛乳
	鮭のから揚げ	鮭、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油	梨/せんべい		鮭の煮付け	鮭(乳児は鮭)、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、砂糖	オレンジゼリー/ビスケット (オレンジジュース、アガー、砂糖)
	キャベツとにんじんのサラダ	キャベツ、もやし、にんじん、ツナ缶、白ごま、酢、砂糖、塩、油			春雨サラダ	春雨、もやし、きゅうり、キャベツ、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油	
	すまし汁	絹ごし豆腐、しいたけ、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩			みそ汁	木綿豆腐、なす、たまねぎ、うすあげ、かつお昆布だし、米みそ	
11日 (土)	豚丼	米、豚こま肉、たまねぎ、生姜、しょうゆ、砂糖、酒、油、かつお昆布だし	牛乳	28日 (火)	ごはん	*	牛乳
	もやしのとろろ和え	もやし、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、酒	フライドポテト (じゃがいも、塩)
	すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	チーズ		こまつな納豆和え	こまつな、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ	
	ゼリー		バナナ		すまし汁	厚揚げ、はくさい、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
13日 (月)	ごはん	米	お茶	29日 (水)	ひじきごはん	米、ひじき、うすあげ、にんじん	牛乳
	鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖	牛乳プリン/ビスケット (牛乳、砂糖、ゼラチン、みかん缶)		かぼちゃのそぼろ煮	かぼちゃ、豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉	きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)
	スパゲティサラダ	スパゲティ、きゅうり、にんじん、キャベツ、コーン缶、マヨネーズ			きゅうりとにんじんの和え	きゅうり、にんじん、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	なす、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	木綿豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
14日 (火)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	30日 (木)	ミートスパゲティ	スパゲティ、合い挽きミンチ、なす、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、コンソメ	牛乳
	鶏肉の塩焼き	鶏もも肉、じゃがいも、塩	ココロラスク (食パン、砂糖、バター)		キャベツのサラダ	キャベツ、きゅうり、しらす干し、酢、砂糖、塩、油	マシュマロクラッカー (クラッカー、マシュマロ)
	野菜たっぷり白和え	木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、ひじき、こんにゃく、白ごま、しょうゆ、砂糖、米みそ			和風スープ	たまねぎ、エリンギ、ベーコン、かつお昆布だし、コンソメ、塩	
	にゅうめん	そうめん、わかめ、ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			ぶどう		
15日 (水)	ごはん	米	お茶				
	厚揚げのツナマヨ焼き	厚揚げ、ツナ缶、マヨネーズ、コーン缶、青のり、しょうゆ	フルーツヨーグルト/ウエハース (ヨーグルト、砂糖、みかん缶、もも缶、バナナ)				
	ほうれん草とにんじんの和え	ほうれん草、にんじん、うすあげ、白ごま、しょうゆ					
	みそ汁	絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、焼きたて、かつお昆布だし、米みそ					
16日 (木)	肉うどん	うどん、豚こま肉、菜ねぎ、かまぼこ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖	牛乳				
	トマトとキャベツのサラダ	トマト、キャベツ、きゅうり、にんじん、もやし、酢、砂糖、塩、油	わらびもち				
	いりこ	いりこ	乳児はきなこおはぎ (わらびもち粉、きなこ、砂糖、塩)				
	梨	梨					

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・芋けんぴを日替わりで使用しています。

※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おだいどころ：栄養士 廣田・坂口