



9月 献立表【完了期】



令和3年

こむぎ保育園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1 水	軟飯 味噌汁 豚肉の野菜炒め ブロッコリーともやしの和え物 パナナ	ぶどうゼリー	味噌 油揚げ 豚肉	米 さつま芋 油 砂糖	昆布 干しいたけ 長ねぎ 玉ねぎ ビーマン ブロッコリー もやし 人参 パナナ ぶどうジュース アガー	水 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ
2 木	わかめ軟飯 味噌汁 鶏肉の照り煮 キャベツの和え物 オレンジ	ちぢみ 牛乳	味噌 鶏肉 牛乳	米 小切麩 砂糖 ごま 薄力粉 上新粉 油	わかめご飯の素 昆布 干しいたけ 玉ねぎ なす キャベツ ほうれん草 人参 オレンジ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ チキンスープの素
3 金	五目うどん かぼちゃとさつま芋の煮物 梨	青のりおにぎり	豚肉	うどん さつま芋 米 ごま	人参 干しいたけ 長ねぎ 小松菜 昆布 南瓜 梨 青のり	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 万能つゆ
4 土	軟飯 すまし汁 厚揚げのそぼろ味噌炒め チンゲン菜のマヨ和え パナナ	キャロット蒸しパン 牛乳	厚揚げ 豚ひき肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	昆布 干しいたけ 大根 えのき茸 わかめ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし コーン パナナ	こいくちしょうゆ 塩 水 料理酒 みりん ベーキングパウダー
6 月	軟飯 味噌汁 鶏肉のごま煮 ツナサラダ チーズ	豆乳ゼリー	味噌 油揚げ 鶏肉 ツナ チーズ 豆乳 きな粉	米 砂糖 ごま 片栗粉 油	昆布 干しいたけ 南瓜 ほうれん草 キャベツ 人参 コーン アガー	水 万能つゆ みりん 穀物酢 塩
7 火	【白露】夕焼け軟飯 すまし汁 かれのい煮付け 茄子の味噌炒め 梨	ふかしさつま芋 牛乳	かれのい 味噌 牛乳	米 小切麩 油 砂糖 さつま芋	人参 干しいたけ 昆布 白菜 万能ねぎ なす 玉ねぎ 梨	こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 水 万能つゆ
8 水	軟飯 コンソメスープ 肉じゃが キャベツの人参ドレッシングサラダ ジャムヨーグルト	チーズ蒸しパン	豚肉 ヨーグルト スキムミルク チーズ	米 じゃが芋 油 砂糖 薄力粉	玉ねぎ 人参 わかめ キャベツ 大根 ほうれん草 りんごソース	チキンスープの素 塩 水 万能つゆ みりん 人参ドレッシング ベーキングパウダー
9 木	お野菜パン 野菜のスープ 焼きチキンナゲット 白菜のフレンチサラダ オレンジ	フルーツ寒天	鶏肉 木綿豆腐	野菜パン パン粉 薄力粉 油 砂糖	キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン パセリ 白菜 パプリカ オレンジ 寒天 黄桃缶	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 穀物酢
10 金	ごま塩軟飯 味噌汁 鶏ささ身と玉ねぎ煮物 切干大根の和え物 オレンジ	小松菜パンケーキ 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 かつお節 牛乳	米 ごま じゃが芋 砂糖 薄力粉 油	昆布 干しいたけ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 切干大根 きゅうり オレンジ 小松菜	塩 水 こいくちしょうゆ 万能つゆ ベーキングパウダー
11 土	軟飯 わかめスープ 春雨のそぼろ炒め 中華ドレッシング和え パナナ	かぼちゃ茶巾 牛乳	豚ひき肉 味噌 牛乳	米 春雨 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま	玉ねぎ しめじ わかめ もやし 人参 長ねぎ ブロッコリー キャベツ パナナ 南瓜	チキンスープの素 塩 水 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢
13 月	軟飯 すまし汁 かれのい味噌焼き スパゲティサラダ オレンジ	蒸しパン 牛乳	かれのい 味噌 牛乳	米 砂糖 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	昆布 干しいたけ 大根 白菜 万能ねぎ きゅうり 人参 オレンジ	こいくちしょうゆ 塩 水 みりん 料理酒 ベーキングパウダー
14 火	軟飯 コンソメスープ 豚肉と玉ねぎのケチャップ炒め ポテトのバター醤油和え 梨	きのこおにぎり	豚肉 油揚げ	米 薄力粉 油 砂糖 じゃが芋 無塩バター	南瓜 人参 ほうれん草 玉ねぎ ビーマン コーン 梨 しめじ えのき茸 まいたけ	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ こいくちしょうゆ 料理酒 みりん
15 水	軟飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 手作りなめたけ和え チーズ	サラダパン 牛乳	味噌 木綿豆腐 鶏肉 チーズ 牛乳	米 砂糖 食パン ノンエッグマヨネーズ	昆布 干しいたけ しめじ 長ねぎ 白菜 小松菜 人参 えのき茸 キャベツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 万能つゆ 塩
16 木	あんかけ焼きそば ほうれん草とコーンのスープ わかめサラダ パナナ	おかかおにぎり	豚肉 かつお節	蒸し中華麺 油 片栗粉 砂糖 ごま油 米	玉ねぎ 白菜 人参 コーン ほうれん草 わかめ 大根 パナナ	こいくちしょうゆ みりん 料理酒 チキンスープの素 水 塩 穀物酢
17 金	軟飯 味噌汁 たらのムニエル 野菜の炒め物 オレンジ	蒸しパン	味噌 たら 鶏肉 鶏卵	米 さつま芋 薄力粉 油 砂糖	昆布 干しいたけ しめじ チンゲン菜 キャベツ 玉ねぎ 人参 小松菜 オレンジ	水 塩 万能つゆ みりん ベーキングパウダー
18 土	二色そぼろ丼 味噌汁 きゅうりともやしの和え物 パナナ	ボン菓子 パナナ 牛乳	鶏肉 味噌 厚揚げ 牛乳	米 砂糖 油 ボン菓子	ほうれん草 焼きのり 昆布 干しいたけ 白菜 長ねぎ きゅうり もやし 人参 パナナ	こいくちしょうゆ 塩 水
21 火	軟飯 コンソメスープ ツナじゃが トマトドレッシングサラダ りんごゼリー	パンケーキ 牛乳	ツナ 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 薄力粉	玉ねぎ 人参 わかめ キャベツ コーン りんごジュース アガー	チキンスープの素 塩 水 万能つゆ みりん トマトドレッシング ベーキングパウダー
22 水	【秋分】秋の混ぜ軟飯 味噌汁 鮭の照り焼き ほうれん草のお浸し 梨	きな粉おにぎり 牛乳	油揚げ 味噌 高野豆腐 鮭 かつお節 きな粉 牛乳	米 砂糖	まいたけ 人参 さやいんげん 昆布 干しいたけ 白菜 玉ねぎ ほうれん草 もやし 梨	こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 水 塩
24 金	豚丼 味噌汁 野菜のごま和え オレンジ	蒸しパン 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	米 油 ごま 砂糖 薄力粉	玉ねぎ 昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ わかめ 白菜 人参 きゅうり オレンジ	万能つゆ 料理酒 塩 水 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
25 土	軟飯 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 キャベツの和風マヨ和え パナナ	ミルクゼリーいちごジャム ソース	味噌 木綿豆腐 鶏肉 かつお節 牛乳	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ いちごジャム	昆布 干しいたけ 玉ねぎ 小松菜 キャベツ チンゲン菜 人参 パナナ アガー	水 こいくちしょうゆ 穀物酢 みりん
27 月	チャーハン 中華スープ 春雨と野菜のサラダ オレンジ	さつま芋茶巾 牛乳	豚ひき肉 牛乳	米 油 ごま油 春雨 砂糖 ごま さつま芋	玉ねぎ ビーマン 人参 干しいたけ キャベツ きゅうり コーン オレンジ	チキンスープの素 塩 水 こいくちしょうゆ 塩 万能つゆ
28 火	軟飯 味噌汁 たらのみりん焼き ひじきの和え物 チーズ	蒸しパン 牛乳	味噌 たら 油揚げ チーズ 牛乳	米 砂糖 ごま 薄力粉	昆布 干しいたけ 大根 人参 万能ねぎ ひじき 白菜 小松菜	水 こいくちしょうゆ みりん 万能つゆ 塩 ベーキングパウダー
29 水	軟飯 きのこスープ 焼きコロッケ フレンチサラダ 梨	味噌おにぎり	味噌	米 コロッケ 油 片栗粉 砂糖	玉ねぎ エリンギ えのき茸 しめじ パプリカ キャベツ 人参 きゅうり 梨	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢
30 木	軟飯 味噌汁 ぎせい豆腐 手作りなめたけ和え オレンジ	フルーツヨーグルト	味噌 油揚げ 木綿豆腐 鶏肉 鶏卵 ヨーグルト スキムミルク	米 さつま芋 砂糖	昆布 干しいたけ わかめ 人参 万能ねぎ 白菜 小松菜 えのき茸 オレンジ パナナ 黄桃缶	水 万能つゆ

給食のお米はおいしい金芽米を使用しています。