

2021年09月

献立表



大江たっち小規模保育園

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	水	御飯 鶏肉のコーンフレーク焼き 蒸し野菜のサラダ ポトフ	牛乳100 既製品おやつ	米、さつまいも、 コーンフレーク、マ ヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉、き な粉	バナナ、キャベツ、にんじん、たま ねぎ、ブロッコリー、にんにく、しょう が	牛乳130 きな粉バナナ クラッカー
2	木	御飯 豚肉の香味焼き 焼きかぼちゃ わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、ごま 油	豚肉(肩ロース)、ツ ナ水煮缶	もやし、かぼちゃ、にんじん、えの きたけ、ピーマン、ひじき、カット わかめ、干しいたけ、にんにく	ほうじ茶 チャーハン
3	金	カレーライス 野菜炒め りんご	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、小 麦粉、砂糖、油	牛乳、鶏むね肉、ツ ナ水煮缶	たまねぎ、りんご、こまつな、にん じん、キャベツ、バナナ	牛乳130 バナナスコーン
4	土	御飯 マーボー豆腐 小松菜とコーンのごま和え わかめスープ	バナナ 牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、砂 糖、ごま、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、ツナ水煮 缶、米みそ(淡色辛 みそ)	バナナ、こまつな、にんじん、ね ぎ、コーン缶、たまねぎ、カットわ かめ、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
6	月	御飯 鶏肉のコーンフレーク焼き 蒸し野菜のサラダ ポトフ	牛乳100 既製品おやつ	米、さつまいも、 コーンフレーク、マ ヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉、き な粉	バナナ、キャベツ、にんじん、たま ねぎ、ブロッコリー、にんにく、しょう が	牛乳130 きな粉バナナ クラッカー
7	火	御飯 さばの焼きおろし煮 白菜の磯あえ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖	さば、米みそ(淡色 辛みそ)、しらす干し	はくさい、だいこん、ほうれんそう、 こまつな、にんじん、葉ねぎ、焼き のり、カットわかめ	ほうじ茶 菜飯おにぎり
8	水	御飯 肉豆腐 キャベツのごま和え すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	さつまいも、米、ご ま、砂糖	牛乳、焼き豆腐、豚 肉(肩ロース)、ツナ 水煮缶	たまねぎ、キャベツ、にんじん、え のきたけ、ねぎ、緑豆もやし、カッ トわかめ	牛乳130 焼きいも
9	木	御飯 さけの香りみそ焼き 小松菜とコーンの和え物 すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖、ごま、ご ま油	さけ、ツナ水煮缶、 さけ(塩)、米みそ (淡色辛みそ)	こまつな、緑豆もやし、にんじん、 コーン缶、切り干しだいこん、ひじ き、カットわかめ、はくさい	ほうじ茶 さけとひじきの 炊き込み御飯
10	金	御飯 さんまのごま焼き ほうれん草の納豆あえ すまし汁	みかん缶 牛乳100 既製品おやつ	米、小麦粉、ごま、 片栗粉、砂糖、油	牛乳、さんま、挽き わり納豆	みかん缶、ほうれんそう、緑豆も やし、りんご、にんじん、えのきた け、りんご濃縮果汁、カットわかめ	牛乳130 りんごケーキ
11	土	豚丼 はるさめスープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、油	牛乳、豚肉(肩ロ ース)	バナナ、たまねぎ、こまつな、えの きたけ、にんじん、ねぎ、にんに く、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
13	月	手作りわかめ御飯 さわらの塩焼き かぼちゃサラダ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、ごま、砂糖	さわら、米みそ(淡 色辛みそ)、乾燥お から	かぼちゃ、りんご、だいこん、きゅ うり、ねぎ、にんじん、コーン缶、 カットわかめ	ほうじ茶 スティックりんご クラッカー
14	火	御飯 豆腐とひじきのハンバーグ ほうれん草の磯あえ すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、砂 糖、ごま	鶏ひき肉、木綿豆 腐、米みそ(淡色辛 みそ)、しらす干し、 かつお節	ほうれんそう、にんじん、緑豆もや し、たまねぎ、えのきたけ、こまつ な、ひじき、カットわかめ、焼きの り、刻みこんぶ、あおのり	ほうじ茶 ごまひじきおにぎり
15	水	御飯 マーボーなす さつま芋とにんじんのオレンジ煮 わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、さ つまいも、砂糖、 片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、米みそ(淡 色辛みそ)	なす、にんじん、ねぎ、チンゲン サイ、コーン缶、オレンジ濃縮果 汁、カットわかめ、にんにく、しょう が、あおのり	牛乳130 粉ふき芋
16	木	御飯 豚肉の香味焼き 焼きかぼちゃ わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、ごま 油	豚肉(肩ロース)、ツ ナ水煮缶	もやし、かぼちゃ、にんじん、えの きたけ、ピーマン、ひじき、カッ トわかめ、干しいたけ、にんにく	チャーハン ほうじ茶
17	金	カレーライス 野菜炒め りんご	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、小 麦粉、砂糖、油	牛乳、鶏むね肉、ツ ナ水煮缶	たまねぎ、りんご、こまつな、にん じん、キャベツ、バナナ	牛乳130 バナナスコーン

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
18	土	 ~ふれあいカーニバル~ 					
21	火	御飯 さばの焼きおろし煮 白菜の磯あえ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖	さば、米みそ(淡 色辛みそ)、しらす 干し	はくさい、だいこん、ほうれんそう、 こまつな、にんじん、葉ねぎ、焼き のり、カットわかめ	ほうじ茶 菜飯おにぎり
22	水	御飯 肉豆腐 キャベツのごま和え すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	さつまいも、米、ご ま、砂糖	牛乳、焼き豆腐、 豚肉(肩ロース)、ツ ナ水煮缶	たまねぎ、キャベツ、にんじん、え のきたけ、ねぎ、緑豆もやし、カッ トわかめ	牛乳130 焼きいも
24	金	御飯 さんまのごま焼き ほうれん草の納豆あえ すまし汁	みかん缶 牛乳100 既製品おやつ	米、小麦粉、ごま、 片栗粉、砂糖、油	牛乳、さんま、挽き わり納豆	みかん缶、ほうれんそう、緑豆も やし、りんご、にんじん、えのきた け、りんご濃縮果汁、カットわかめ	牛乳130 りんごケーキ
25	土	豚丼 はるさめスープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、油	牛乳、豚肉(肩ロ ース)	バナナ、たまねぎ、こまつな、えの きたけ、にんじん、ねぎ、にんに く、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
27	月	手作りわかめ御飯 さわらの塩焼き かぼちゃサラダ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、ごま、砂糖	さわら、米みそ(淡 色辛みそ)、乾燥 おから	かぼちゃ、りんご、だいこん、きゅ うり、ねぎ、にんじん、コーン缶、 カットわかめ	ほうじ茶 スティックりんご クラッカー
28	火	御飯 豆腐とひじきのハンバーグ ほうれん草の磯あえ すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、砂 糖、ごま	鶏ひき肉、木綿豆 腐、しらす干し、か つお節	ほうれんそう、にんじん、緑豆もや し、たまねぎ、えのきたけ、こまつ な、ひじき、カットわかめ、焼きの り、刻みこんぶ、あおのり	牛乳130 誕生日ケーキ
29	水	御飯 マーボーなす さつま芋とにんじんのオレンジ煮 わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、さ つまいも、砂糖、 片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、 豚ひき肉、米みそ (淡色辛みそ)	なす、にんじん、ねぎ、チンゲン サイ、コーン缶、オレンジ濃縮果 汁、カットわかめ、にんにく、しょう が、あおのり	牛乳130 粉ふき芋
30	木	御飯 さけの香りみそ焼き 小松菜とコーンの和え物 すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖、ごま、ご ま油	さけ、ツナ水煮 缶、さけ(塩)、米 みそ(淡色辛み そ)	こまつな、緑豆もやし、にんじん、 コーン缶、切り干しだいこん、ひじ き、カットわかめ、はくさい	ほうじ茶 さけとひじきの 炊き込み御飯

☆2週間のサイクル献立です。
 献立には表記がありませんが調味料・出汁(塩、醤油、みりん、酒、ケチャップ、酢、
 ベーキングパウダー、かつお昆布出汁、中華だし、洋風だし(乳不使用)等)
 を使用する日があります。
 給食で使用するマヨネーズは乳・卵不使用の「マヨドレ」を使用しています。

☆材料の仕入れ状況により献立や材料の変更がある場合があります。
 変更の際は掲示している献立表に変更点を記入しますのでご確認お願いします。

☆朝おやつの既製品おやつの内容は玄関に張り出しております。

☆9/18(土)はふれあいカーニバルの為、給食の提供はありません。

