



# 9がつこんだて



曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ	
月	12 26	ヨーグルト	牛肉とキャベツのプルコギ 納豆 / 添え(トマト) きのこのスープ	牛肉・キャベツ・もやし・人参・にら・ピーマン・ごま油・焼肉のたれ・酒 みりん・ごま(片栗粉)/ 納豆・だし割りしょうゆ / トマト エリンギ・しめじ茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・しょうゆ・塩こしょう・煮干		牛乳 梨 せんべい	
火	13 27	牛乳 あられ	魚の香り焼き(添え)レタス 春雨の酢の物 かぼちゃのみそ汁	魚切り身・黒ごま・にんにく・生姜・ねぎ・砂糖・酒・しょうゆ・みりん / レタス 春雨・きゅうり・ホールコーン・カニカマ・ごま・砂糖・酢・しょうゆ・塩 かぼちゃ・油揚げ(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干		お茶 カップヨーグルト クッキー	
水	14 28	牛乳 チーズ	ポークソテーの和風ソース ゆで野菜(キャベツ・人参) ベーコンチャウダー	豚肉・しょうが・しょうゆ・酒・油・みそ・砂糖・ケチャップ・水・片栗粉・玉ねぎ キャベツ・人参 ベーコン・玉ねぎ・じゃが芋・人参・パセリ・バター・小麦粉・牛乳・塩こしょう・鶏がら・醤油		お茶 おはぎ(もち米・きなこ・砂糖) きゅうりの浅漬(胡瓜・酢・みりん・醤油)	
木	1 15 29	牛乳 ビスケット	白身魚のチーズフライ ほうれん草ともやしのごま和え すまし汁 果物(みかん缶)	白身魚・塩こしょう・醤油・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・しょうゆ そうめん・生椎茸・カイワレ菜・人参・しょうゆ・みりん・塩・煮干 / (みかん缶)		牛乳 ロールカステラ	
金	2 16 30	牛乳 果物(バナナ)	鶏肉と大豆の煮込み おかかサラダ キャベツのみそ汁	鶏肉・ゆで大豆・厚揚げ・人参・干し椎茸・インゲン・大根・砂糖・しょうゆ 酒・みりん・だし汁 / きゅうり・人参・かつお節・しょうゆ・マヨネーズ キャベツ・じゃが芋(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干		牛乳・ピザトースト (食パン・ケチャップ・ツナ缶) (ピーマン・玉葱・とろけるチーズ)	
土	3 17	牛乳 クッキー	スパゲティナポリタン 果物(バナナ) かきたまスープ	スパゲティ・ウインナー・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム缶・油 ケチャップ・塩こしょう / (バナナ) えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干		牛乳 スティックパン	
月	5	ヨーグルト	里芋の煮ころがし ツナコーンサラダ もやしのみそ汁	里芋・合びきミンチ・人参・千切り大根・インゲン・砂糖・しょうゆ・みりん 片栗粉・だし汁 / キャベツ・きゅうり・ツナ缶・ホールコーン・しょうゆ・砂糖・ごま油・酢 もやし・豆腐(乾)わかめ・みそ・煮干		牛乳・フルーツゼリー (アガー・100%ジュース) (パン缶・チェリー缶)	
火	6 20	牛乳 卵ボーロ	三色揚げ 添え(キャベツ・トマト・きゅうり) 中華風スープ	むきえび・酒・ホールコーン・(冷)むき枝豆・さつま芋・小麦粉・卵・塩・油 キャベツ・トマト・きゅうり・塩・レモン汁・マヨネーズ 玉ねぎ・人参・にら・えのき茸・しょうゆ・ごま油・塩こしょう・鶏がら		牛乳 バナナ かりかりいりこ	
水	7 21	牛乳 おかき	鮭のみそバター焼き 千切り大根のサラダ 野菜スープ	鮭切り身・バター・みそ・砂糖・酒・しょうゆ・しょうが汁 千切り大根・赤ピーマン・胡瓜・シーチキン・プロセスチーズ・酢・醤油・油 レタス・玉ねぎ・ホールコーン・人参(乾)わかめ・しょうゆ・塩こしょう・鶏がら		牛乳 ふかし芋	
木	22	🍁 秋分の日					
金	9 23	牛乳 ウエハース	チキン南蛮 添え(レタス・トマト・胡瓜) 豆腐のすまし汁	鶏肉・塩こしょう・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・しょうゆ・しょうが・だし汁・卵 パセリ・玉ねぎ・マヨネーズ・砂糖・レモン汁 / レタス・トマト・胡瓜 豆腐・かまぼこ・干し椎茸・ほうれん草・しょうゆ・塩・みりん・煮干		お茶 みるつくっこ (牛乳・片栗粉・きなこ・砂糖)	
土	10 24	牛乳 ビスケット	ハヤシライス 果物(オレンジ) きゅうりとちくわの酢の物	牛ミンチ・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・にんにく・グリーンピース・ホールトマト ケチャップ・ウスターソース・バター・塩こしょう・鶏がら (オレンジ) きゅうり・(乾)わかめ・ちくわ・ごま・酢・砂糖・しょうゆ		牛乳 クロワッサン	
誕生会	8	牛乳 せんべい	ちらし寿司 魚の磯辺揚げ/すまし汁 スパゲティサラダ / 果物	ごぼう・人参・油揚げ・干し椎茸・かまぼこ・ちりめん・しょうゆ・砂糖・酢・塩 白身魚・塩こしょう・小麦粉・卵・青のり・油 / お麩・人参・ねぎ・煮干・しょうゆ スパゲティ・きゅうり・ロースハム・キャベツ・マヨネーズ / ぶどう		お茶 アイスクリーム ウエハース	



行事等により献立を変更する場合がございます。