





9がつこんだて



9月清武中央保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	1 29	ヨーグルト	牛肉ときゃべつのプルコギ 納豆 / 添え(トマト) きのこのスープ	牛肉・きゃべつ・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	ごはん	牛乳 梨 せんべい
火	2 16 30	牛乳 あられ	魚の照り焼き 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	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
水	3 17	牛乳 チーズ	ポークソテーの和風ソース ゆで野菜(きゃべつ・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 きゃべつ・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	ごはん	お茶 おはぎ(もち米・きなこ) きゅうりの浅漬け
木	4	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	白身魚・塩こしょう・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	ごはん	牛乳 ロールカステラ
金	5 19	牛乳 果物(りんご)	鶏肉と大豆の煮込み おかかサラダ きゃべつのみそ汁	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 きゃべつ・じゃが芋(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干	ごはん	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	6 20	牛乳 ビスコ	スパゲティナポリタン 果物 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 / パナナ えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干		お茶 ミニパン
月	8 22	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 / きゃべつ・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	ごはん	牛乳・フルーツゼリー (アガー・100%ジュース) (パイン缶・チェリー缶)
火	9	牛乳 卵ボーロ	三色揚げ 添え(きゃべつ・トマト・きゅうり) ワンタンスープ	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 きゃべつ・トマト・きゅうり・塩・レモン汁・マヨネーズ ワンタンの皮・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	ごはん	牛乳 バナナ かりかりいりこ
水	10 24	牛乳 おかき	高野豆腐の卵とじ レバーの甘辛煮 青菜のみそ汁	高野豆腐・鶏肉・玉ねぎ・干し椎茸・人参・ねぎ・卵・油・砂糖・しょうゆ みりん・だし汁 / レバー・にら・しょうが・砂糖・しょうゆ・酒 青菜・油揚げ・人参・みそ・煮干	ごはん	牛乳・豆ちゃんケーキ (小麦粉・B・P・砂糖・卵) (スキムミルク・バター・金時豆)
木	11 25	牛乳 みかん缶	白身魚のバター焼き 千切り大根のサラダ 野菜スープ	白身魚・バター・砂糖・しょうゆ・みりん / おろしりんご・おろし玉葱 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・酒 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	ごはん	牛乳 ふかし芋
金	12 26	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・きゅうり・マヨネーズ・砂糖・レモン汁 / レタス・トマト・胡 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	ごはん	お茶 みるくっこ (牛乳・片栗粉・きなこ・砂糖)
土	運動会 27	牛乳 ビスケット	カレースープ 果物(オレンジ) きゅうりとちくわの酢の物	豚肉・牛乳・玉葱・人参・マカロニ・さやいんげん・セロリ・バター・小麦粉 カレー粉・塩・P・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		お茶 クロワッサン
誕生会	18	牛乳 ウエハース	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・煮干・しょうゆ・砂糖・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・きゃべつ・マヨネーズ / ぶどう	ごはん	お茶 アイスクリーム クラッカー

都合により献立が変更する場合がございます。