



9月 こんだてひょう

令和4年9月 しんまちこども園

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	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・トマト) 大根のみそ汁	豚肉・玉ねぎ・しょうが・しょうゆ・酒・油・みそ・砂糖・ケチャップ・片栗粉 きゃべつ・人参・トマト 大根・人参・ねぎ・厚揚げ・(乾)わかめ・みそ・煮干	ごはん	牛乳 ふかしもち (さつま芋)
火	13 27	牛乳 飲むヨーグルト	魚のマヨネーズ焼き こぎつねサラダ ベーコンチャウダー	白身魚・塩・こしょう・片栗粉・マヨネーズ・卵・青のり・油 油揚げ・白菜・人参・ほうれん草・かつおぶし・白ごま・酢・しょうゆ・砂糖 ベーコン・玉ねぎ・じゃが芋・人参・パセリ・バター・小麦粉・牛乳・鶏がら	ごはん	牛乳 梨 かりんとう
水	14 28	牛乳 バナナ	筑前煮 マカロニサラダ 玉ねぎのみそ汁	鶏肉・ちくわ・人参・いんげん・生しいたけ・里芋・ごぼう・油・砂糖・しょうゆ・みりん・だし汁 ロースハム・きゅうり・人参・マカロニ・マヨネーズ・サラダ菜 玉ねぎ・キャベツ・しめじ茸・人参・みそ・煮干し	ごはん	お茶 おはぎ おはぎ(もち米・きなこ・砂糖)
木	1 15 29	牛乳 ビスコ	白身魚のチーズフライ(添)ブロッコリー トマトの甘酢漬け 白菜のみそ汁	白身魚・塩・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・添)ブロッコリー トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩 白菜・人参・じゃが芋・(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご せんべい
金	2 16 30	牛乳 ビスケット	牛肉とキャベツのブルコギ えのきのスープ オレンジ	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 人参・えのき・豆腐・ねぎ・しょうゆ・みりん・煮干し オレンジ	ごはん	牛乳・パインケーキ (小麦粉・B.P・砂糖・卵 バター・パイン缶・スキムミルク)
土	3 17	牛乳 あられ	スパゲッティミートソース たまごスープ みかん缶	スパゲティ・豚ミンチ・なす・玉ねぎ・人参・ぶなしめじ・パセリ・油・ケチャップ 卵・生しいたけ・人参・チンゲン菜・しょうゆ・鶏がら/みそ・砂糖・粉チーズ みかん缶		牛乳 バームクーヘン
月	5	牛乳 チーズ	里芋の煮ころがし かみかみサラダ もやしのみそ汁	里芋・合挽ミンチ・人参・干切り大根・いんげん・砂糖・しょうゆ・みりん・片栗粉 ソフトさきいか・キャベツ・人参・きゅうり・マヨネーズ・塩 もやし・玉ねぎ・(乾)わかめ・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	お茶 マカロニあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖)
火	6 20	飲むヨーグルト	チキン南蛮 添え(レタス・トマト・胡瓜) もずくスープ	鶏肉・塩・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・しょうゆ・生姜汁・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・きゅうり もずく・人参・えのき茸・豆腐・ねぎ・しょうゆ・塩こしょう・ごま油・かつお節・だし昆布	ごはん	牛乳・バナナ かりかりいりこ (かえりいりこ・砂糖・バター)
水	7 21	牛乳 おかき	牛肉とごぼうの炒め煮 白菜とりんごのサラダ 豆腐のみそ汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・しょうゆ・みりん・ごま 白菜・人参・りんご・砂糖・酢・塩・油 豆腐・油揚げ・人参・小松菜・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・ホットケーキ (小麦粉・B.P・砂糖・卵 牛乳・バター・ジャム)
木	8 22	牛乳 みかん缶	三色揚げ 添え野菜(キャベツ・人参) かぼちゃのみそ汁	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・人参・塩・レモン汁・マヨネーズ かぼちゃ・(乾)わかめ・にら・みそ・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
金	9 (誕生会) 23 (秋分の日)					
土	10 24	牛乳 卵ポーロ	マーボーなす きゅうりとちくわの酢の物 パイン缶	なす・チンゲン菜・赤ピーマン・豆腐・合挽きミンチ・しょうが・にんにく きゅうり・(乾)わかめ・ちくわ・ごま・酢・砂糖・しょうゆ パイン缶	ごはん	牛乳 クロワッサン
誕生会	9	牛乳 せんべい	麦飯カレー・トマト から揚げ・おかかサラダ 果物(ぶどう)	麦・豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ピーマン・油・カレールー/トマト 鶏肉・塩こしょう・しょうゆ・にんにく・生姜・片栗粉・揚げ油 きゅうり・人参・かつお節・しょうゆ・マヨネーズ/ぶどう	ごはん	お茶 プリン



行事等により献立を変更する場合がございます

※お誕生会は高木兼寛先生(ビタミンの神様)の生誕月ということで
麦を使ったカレーとなっております
麦には沢山のビタミンB1が含まれています。