



平成30年

9月献立表



立石いろは保育園

		昼食	午後おやつ	食材
1	土	ごはん さばの味噌煮 いんげんの胡麻和え 里芋煮 味噌汁 みかん	ピーチゼリー 牛乳	ごはん さば いんげん 人参 里芋 豆腐 わかめ みかん 牛乳
3	月	パン サーモンフライ 大豆トマト煮 コンソメスープ もも	牛乳くずもち 麦茶	パン 鮭 アスパラ 大豆 豚肉 人参 トマト 玉ねぎ パセリ もも 牛乳 黒蜜 きなこ
4	火	麦ごはん 豚肉の柳川風 切干大根の煮付 味噌汁 キウイ	プリンアラモード 牛乳	ごはん 押麦 豚肉 ごぼう 卵 みつ葉 切干大根 人参 テンゲン菜 油揚げ キウイ クリーム みかん 牛乳
5	水	ちらし寿司 ほうれん草のお浸し 味噌汁 パナナ	メロンパン 牛乳	ごはん 刻みのり 卵 グリンピース ほうれん草 しらす 人参 さつまいも ねぎ パナナ 牛乳
6	木	枝豆ごはん ミートローフ ほうれん草ソテー かぼちゃサラダ コーンクリームスープ オレンジ	マカロニきなこ 牛乳	ごはん 枝豆 豚肉 牛肉 玉ねぎ パン粉 ほうれん草 かぼちゃ チーズ ハム 玉ねぎ 牛乳 パセリ オレンジ マカロニ きなこ
7	金	ごはん 豚肉と厚揚げの煮物 ナムル 中華スープ グレープフルーツ	人参蒸しパン 牛乳	ごはん 豚肉 厚揚げ 赤ピーマン モヤシ 人参 胡瓜 卵 しいたけ わかめ えび ねぎ グレープフルーツ ホットケーキミックス 牛乳 人参
8	土	カレーライス かぼちゃの煮物 コンソメスープ マンゴー	ぶどうゼリー 牛乳	ごはん 豚肉 人参 じゃがいも かぼちゃ キャベツ マンゴー 牛乳
10	月	ふりかけごはん 牛肉のすき煮 味噌汁 ヨーグルト	ウインナドッグ 牛乳	ごはん たまごふりかけ 牛肉 豆腐 えのき こんにゃく ほうれん草 花麩 大根 油揚げ ねぎ ヨーグルト パン ウインナー キャベツ チーズ 牛乳
11	火	ごはん いわしの柚味噌煮 ほうれん草のお浸し 大根の煮物 すまし汁 りんご	とうもろこし 牛乳	ごはん いわし 柚 ほうれん草 しらす 大根 そうめん かにフレーク わかめ りんご とうもろこし
12	水	チャーハン ポテトサラダ 中華スープ もも	豆腐ドーナツ 牛乳	ごはん えび しらす ねぎ 卵 じゃがいも 胡瓜 チーズ トマト ワンタン 白菜 もも
13	木	パン グラタン スクラブルエッグ コンソメスープ パナナ	おにぎり 麦茶	パン マカロニ 玉ねぎ えび マッシュルーム ブロッコリー チーズ パン粉 小松菜 卵 人参 パセリ パナナ ごはん 紅鮭わかめ
14	金	★ぎょうじこんだて(敬老の日)★ 赤飯 えびの天ぷら さつまいも甘煮 ささみとブロッコリーの炒め物 すまし汁 巨峰	きなこおはぎ 牛乳	ごはん ゴマ えび さつまいも えのき わかめ かにフレーク 巨峰 おはぎ 牛乳
15	土	ごはん 鮭のムニエル いんげんの胡麻和え わかめスープ みかん	青りんごゼリー 牛乳	ごはん さけ いんげん 人参 ゴマ わかめ みかん 牛乳
18	火	ごはん 照り焼きチキン ひじきの煮物 味噌汁 ヨーグルト	ふかしいも 牛乳	ごはん 鶏肉 玉ねぎ 舞茸 アスパラ ひじき なめこ わかめ ヨーグルト フルーツ さつまいも 牛乳
19	水	★おたんじょうびかい★ お祝いちらし寿司 かぼちゃのいとこ煮 きのご汁 マンゴー	ケーキ 牛乳	ごはん 十六穀米 卵 鮭フレーク 枝豆 トマト かぼちゃ あずき えのき なめこ 人参 ねぎ マンゴー 牛乳
20	木	そぼろ丼 春雨サラダ すまし汁 りんご	フルーツヨーグルト 麦茶	ごはん 鶏肉 グリンピース 春雨 人参 ハム コーン 胡瓜 豆腐 テンゲン菜 しいたけ りんご ヨーグルト パナナ
21	金	ごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き ほうれん草のお浸し じゃがいもきんぴら チャウダースープ パナナ	ポップコーン 牛乳	ごはん 鮭 ほうれん草 しらす じゃがいも 人参 あさり 玉ねぎ 牛乳 パナナ ポップコーン 牛乳
22	土	ごはん 筑前煮 切干大根の煮付 味噌汁 りんご	オレンジゼリー 牛乳	ごはん 鶏肉 人参 しいたけ 切干大根 ねぎ 油揚げ りんご 牛乳
25	火	★げんきこんだて★ さつまいもごはん ハンバーグ ごぼうサラダ コンソメスープ りんご	牛乳くずもち 麦茶	ごはん さつまいも 豚肉 ごぼう コーン ひじき 豆腐 オクラ 人参 りんご 牛乳 黒蜜 きなこ
26	水	パン 白身魚フライ 大豆トマト煮 コンソメスープ オレンジ	おにぎり 麦茶	パン たら キャベツ 大豆 豚肉 人参 トマト 卵 しいたけ わかめ えび ねぎ もも クリーム 牛乳
27	木	ごはん 豚肉と厚揚げの煮物 ナムル 中華スープ グレープフルーツ	あずき蒸しパン 牛乳	ごはん 豚肉 厚揚げ 赤ピーマン 小松菜 もやし 人参 胡瓜 卵 しいたけ わかめ えび ねぎ グレープフルーツ ホットケーキミックス 卵 牛乳 あずき
28	金	カレーライス じゃこ炒め 卵スープ ヨーグルト	お好み焼き 牛乳	ごはん 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 小松菜 しらす 卵 わかめ ヨーグルト キャベツ 豚肉 鰹節 青のり 牛乳
29	土	わかめうどん 白菜と厚揚げの煮物 マンゴー	フルーツゼリー 牛乳	うどん わかめ 油揚げ 白菜 厚揚げ マンゴー 牛乳

乳児には朝おやつとして牛乳が出ます。また、昼食時は毎食麦茶が出ます。都合により、食材や献立を変更する場合があります。ご了承ください。