



# 9月のよていこんだて

2018年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 29 土	昼食	豚丼 みそ汁 くだもの	米、麩、片栗粉、砂糖、油	豚肉 豆腐、みそ	玉ねぎ、パプリカ 小松菜、玉ねぎ くだもの	しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
3 月	昼食	ごはん マカロニグラタン キャベツのみそ汁	米 マカロニ、マーガリン、油、小麦粉、パン粉	鶏肉、牛乳、スキムミルク、チーズ 油揚げ、みそ	玉ねぎ、しめじ、ブロッコリー キャベツ、玉ねぎ	コンソメ、塩こしょう 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ビスケット くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	ビスケット
4 18 火	昼食	パン 魚のフライ もやしのナムル オニオンスープ	食パン、ジャム 小麦粉、パン粉、油 砂糖、ごま油、ごま	魚、卵	もやし、人参、ほうれん草 玉ねぎ、人参、パセリ	ソース しょうゆ、酢 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	わかめじゃこおにぎり	米	ちりめんじゃこ	わかめ	塩
5 19 水	昼食	ごはん 鶏のレモン煮 ひじきのごまドレサラダ 豆腐のみそ汁	米 砂糖、片栗粉 練りごま、ごま、砂糖	鶏肉 ちくわ 豆腐、みそ	レモン汁 ひじき、人参、きゅうり、れんこん、糸こんにゃく 玉ねぎ、しめじ、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	レーズンクッキー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳	レーズン	
6 20 木	昼食	ごはん 魚の梅煮 青菜のおかか和え かぼちゃのみそ汁	米 砂糖 砂糖	魚 かつお節 みそ	梅干し、しょうが ほうれん草、小松菜、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	フローズンヨーグルト	砂糖	ヨーグルト、生クリーム	みかん缶	
7 21 金	昼食	カレーライス 大豆サラダ	じゃがいも、油 砂糖、油	豚肉 大豆水煮	玉ねぎ、人参、小松菜 キャベツ、人参、ブロッコリー	カレールウ 酢、塩こしょう
	午後おやつ	揚げパン 牛乳	ロールパン、砂糖、油	きなこ 牛乳		
8 22 土	昼食	ミートスパゲッティ 野菜スープ くだもの	スパゲッティ、砂糖、油	合挽きミンチ	玉ねぎ、トマト缶 人参、玉ねぎ、チンゲン菜 くだもの	コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
10 月	昼食	雑穀ごはん ミートボールの酢豚風 ほうれん草のみそ汁	米、雑穀 じゃがいも、砂糖、片栗粉、油 麩	豚ミンチ、鶏レバー みそ	しょうが、玉ねぎ、人参、ピーマン、赤パプリカ ほうれん草、玉ねぎ、人参	塩 ケチャップ、酢、シャンタン 煮干し、だしパック
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
11 25 火	昼食	パン 鶏肉のチーズ焼き 青菜のソテー もやしスープ	食パン、ジャム パン粉、マーガリン マーガリン	鶏肉、粉チーズ	パセリ ほうれん草、小松菜、エリンギ、人参、コーン缶 もやし、玉ねぎ、パセリ	塩こしょう コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	お好み焼き 牛乳	お好み焼き粉	豚ミンチ、卵、かつお節 牛乳	キャベツ、ねぎ	ソース
12 26 水	昼食	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 五目豆 じゃがいものみそ汁	米 マヨネーズ、小麦粉 砂糖 じゃがいも	魚(鮭) 大豆水煮 みそ	人参、こんにゃく、れんこん、昆布 玉ねぎ、わかめ	塩こしょう しょうゆ、みりん、塩 煮干し、だしパック
	午後おやつ	そうめん 牛乳	そうめん	鶏ささみ 牛乳	きゅうり	昆布、だしパック、しょうゆ、みりん、塩
13 木	昼食	ごはん チャプチェ 金時豆煮 卵スープ	米 春雨、砂糖、ごま油 砂糖	豚肉 金時豆 卵	玉ねぎ、人参、ニラ、もやし 玉ねぎ、えのき、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 塩 シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	りんごゼリー 牛乳	砂糖	牛乳	りんご、りんごジュース	ゼラチン
14 28 金	昼食	冷やしきつねうどん かぼちゃのそぼろ煮	うどん 砂糖	油揚げ、かつお節 鶏ミンチ	ねぎ、昆布 かぼちゃ	しょうゆ、みりん、塩 だしパック、しょうゆ、酒
	午後おやつ	みたらし団子 乳児：ゆかりおにぎり 牛乳	白玉粉、砂糖、片栗粉 米	豆腐 牛乳	ゆかり	しょうゆ

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

\*毎週月曜日・・・礼拝 毎週木曜日・・・体育あそび

\*9/1(土)お泊まり保育(年長児)

\*9/8(土)野の百合保育説明会

\*9/27(木)お誕生会

メニュー：ケチャップライス、から揚げ、ポテトサラダ、ミルクスープ、くだもの (おやつ)ココアプリン(卵不使用)、スティックパイ、牛乳