



# 9月のよていこんだて

## 2020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 29 火	昼食	パン 魚のフライ ブロッコリーのマヨネーズサラダ 豆乳スープ	食パン、ジャム 小麦粉、パン粉、油 マヨネーズ、砂糖	魚 かにかま 豆乳	ブロッコリー、人参 玉ねぎ、人参、かぼちゃ	ソース、酒、塩こしょう 塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	五平もち(乳児:梅おかかおにぎり) 牛乳	米、もち米、ごま、砂糖	みそ、(乳児:かつお節) 牛乳	(乳児:梅干し)	酒
15 火	昼食	焼きそば 豆腐の中華スープ	中華めん	豚肉 豆腐、わかめ	キャベツ、人参、もやし、ピーマン 玉ねぎ	ソース、酒、塩こしょう シャンタン
	午後おやつ	ポップコーン、たこせん 牛乳	どうもろこし	青のり 牛乳		たこせん、ソース、キャラメルパウダー
2 16 30 水	昼食	ごはん 肉団子の具だくさんスープ さつまいものきんぴら	米 春雨、砂糖、片栗粉 さつまいも、ごま、ごま油、砂糖	鶏ミンチ、鶏レバー、卵、みそ	玉ねぎ、人参、白菜、えのき、しょうが 人参、ピーマン	だしパック、煮干し、しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、酒
	午後おやつ	ココアクッキー 16日:ぼこぼこクッキー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン 小麦粉、砂糖、マーガリン、コーンフレーク	卵 卵 牛乳		ココア
3 17 木	昼食	ごはん 魚の照り焼き 卵の花煮 もずくのすまし汁	米 砂糖、片栗粉 こんにゃく、砂糖 麩	魚 おから、ちくわ もずく、昆布	しょうが 人参、ごぼう、しいたけ、青ねぎ 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、塩
	午後おやつ	りんごゼリー 17日:もちもちパン 牛乳	砂糖 ホットケーキミックス、白玉粉、砂糖	チーズ、牛乳 牛乳	りんご、りんごジュース	ゼラチン
4 18 金	昼食	クリームスープスパゲッティ コーンサラダ	スパゲッティ、小麦粉、マーガリン、油 砂糖、油	鶏肉、スキムミルク、牛乳	玉ねぎ、人参、しめじ、ほうれん草 キャベツ、人参、きゅうり、コーン缶	コンソメ、塩こしょう 酢、塩こしょう
	午後おやつ	大学いも 牛乳	さつまいも、黒ごま、砂糖、片栗粉、油	牛乳		しょうゆ、酢
5 19 土	昼食	豚丼 みそ汁 くだもの	米、麩、砂糖、片栗粉	豚肉 豆腐、みそ	玉ねぎ、パプリカ 玉ねぎ、人参 くだもの	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		
7 月	昼食	三色ごはん 春雨の酢の物 麩と小松菜のみそ汁	米、砂糖、片栗粉 春雨、砂糖 麩	豚ミンチ わかめ みそ	人参、いんげん、しょうが 人参、きゅうり 玉ねぎ、小松菜	しょうゆ、みりん、酒、塩 酢、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	ゼリー くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	ゼリー
8 火	昼食	パン 鶏肉のチーズ焼き たまごと野菜のソテー オニオンスープ	食パン、ジャム 小麦粉 油 油	鶏肉、チーズ 卵	キャベツ、人参、もやし 玉ねぎ、人参、パセリ	酒、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	青菜じゃこおにぎり 牛乳	米、ごま油	ちりめんじゃこ 牛乳	小松菜	しょうゆ、みりん
9 23 水	昼食	ごはん 魚の煮つけ ひじきサラダ なすのみそ汁	米 砂糖 マヨネーズ、砂糖	魚 ひじき、ちくわ 油揚げ、みそ	しょうが 人参、ブロッコリー 玉ねぎ、なす	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ だしパック、煮干し
	午後おやつ	きなこ団子(乳児:きなこマカロニ) 牛乳	白玉粉、砂糖、(乳児:マカロニ)	きなこ、(幼児:豆腐) 牛乳		塩
10 24 木	昼食	ごはん 豚肉のかりん揚げ 青菜の磯和え じゃがいものみそ汁	米 ごま、砂糖、片栗粉、油 砂糖 じゃがいも	豚肉 のり みそ	ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ だしパック、煮干し
	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	もも缶	
11 金	昼食	カレーライス ツナサラダ	米 砂糖	鶏肉 ツナ缶	玉ねぎ、人参、なす、かぼちゃ キャベツ、人参、きゅうり	カレールー、ソース、酒 酢、塩こしょう
	午後おやつ	ピザトースト 牛乳	食パン、砂糖	チーズ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、コーン缶、トマト缶	コンソメ、塩
12 26 土	昼食	煮込みうどん ほうれん草のごま和え	うどん 砂糖、ごま	豚肉、わかめ	玉ねぎ、人参 ほうれん草、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		
14 28 月	昼食	ごはん 肉豆腐 たまごと小松菜のみそ汁	米 砂糖	豚肉、豆腐、かつお節 卵、みそ	玉ねぎ、ごぼう、青ねぎ 玉ねぎ、小松菜	しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	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

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 毎週火曜日…体育あそび ☆ 🍷 🌟 🐰 🌟 🌞 🌧 🐰 🌟 🍷 🌟

\*9/4(金)~5(土)お泊まり保育(年長児)

\*9/25(金)お誕生会 メニュー:ケチャップライス、からあげ、ポテトサラダ、スープ、くだもの (おやつ)ココアプリン、スティックパイ、牛乳

