

9月 献立表



月	火	水	木	金	土
		(午前おやつ) (献立)	1 野菜ジュース	2 ぶどうジュース	3 りんごジュース
			さばの味噌煮 小松菜のなめたけ和え 焼きビーフン しめじと卵のスープ フルーツ	炒り鶏 切干大根のサラダ ほうれん草の味噌汁 フルーツ	他人丼 ごぼうサラダ 大根の味噌汁 フルーツ
	ひよこ・ちゅうりっぷ たんぼぼ組は 午前のおやつに ジュースが出ます。	(主な食材)	さば 小松菜 油揚げ キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ 卵 わかめ	鶏肉 レンコン ごぼう 人参 切干大根 ツナ のり ほうれん草 豆腐 油揚げ	豚肉 卵 しいたけ 玉ねぎ ごぼう きゅうり 人参 大根 小松菜 豆腐
		(午後おやつ)	4 カステラ 牛乳	5 ポップコーン 牛乳	6 フルーツ 野菜ジュース
5 野菜ジュース	6 ぶどうジュース	7 りんごジュース	8 野菜ジュース	9 ぶどうジュース	10 りんごジュース
トマトクリームパスタ 小松菜のゴマ和え 板心の味噌汁 フルーツ	グラタン いかと大根の煮物 ちんげん菜の味噌汁 フルーツ	鮭のバター醤油焼き ブロッコリー きゅうりの酢味噌和え しいたけのスープ フルーツ	スコッチエッグ りんごサラダ えのきの味噌汁 フルーツ	豚肉の野菜巻き もやしの甘酢炒め じゃがいもの味噌汁 フルーツ	ベーコンカレー ほうれん草の和え物 チーズ フルーツ
えび しめじ アスパラ 小松菜 人参 えのき もやし 板ふ 豆腐 わかめ	ほうれん草 鶏肉 玉ねぎ いか 大根 人参 チンゲン菜 油揚げ 豆腐	鮭 ブロッコリー 人参 きゅうり キャベツ もやし しいたけ ねぎ わかめ	ひき肉 玉ねぎ 卵 りんご きゅうり 大根 えのき 豆腐 ねぎ	豚肉 いんげん 人参 もやし 卵 しめじ ハム じゃがいも キャベツ 豆腐	ベーコン じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 のり しらす干し チーズ
たい焼き 牛乳	フレンチトースト 牛乳	チーズケーキ 牛乳	ゼリー 牛乳	パン 牛乳	うさぎまんじゅう 牛乳
12 野菜ジュース	13 ぶどうジュース	14 りんごジュース	15 野菜ジュース	16 ぶどうジュース	17 りんごジュース
とんこつラーメン しらす炒め しそ昆布 フルーツ	ししゃもの天ぷら ちくわの磯辺揚げ 小松菜のサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	白菜と肉団子のスープ煮 きゅうりのたらこ和え なすの味噌汁 フルーツ	焼き鳥 きのこのクリーム煮 キャベツの味噌汁 フルーツ	豆腐ときのこのおろし煮 ポテトサラダ えびのスープ フルーツ	角煮丼 レンコンのゴママヨ和え ふのりの味噌汁 フルーツ
チャーシュー メンマ ねぎ ほうれん草 しらす干し 人参 キャベツ はんぺん	ししゃも ちくわ 小松菜 ひじき きゅうり 人参 玉ねぎ しいたけ 豆腐	ひき肉 玉ねぎ 白菜 もやし まいたけ きゅうり たらこ なす 豆腐 わかめ	鶏肉 ねぎ ブロッコリー しめじ エリンギ ベーコン キャベツ 豆腐 油揚げ	豆腐 豚肉 大根 なめこ じゃがいも きゅうり 人参 えび チンゲン菜 たけのこ	豚肉 ねぎ チンゲン菜 玉ねぎ レンコン 人参 ふのり 豆腐 わかめ
ビスケット 牛乳	パン 牛乳	プリン 牛乳	おこわ 牛乳	里芋のみたらし風 牛乳	シフォンケーキ スポン
19	20	21	22	23	24
	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース		野菜ジュース
敬老の日	焼きそば 里芋のソテー もやしの味噌汁 フルーツ	栗と鶏肉の中華煮 ふるふき大根 チンゲン菜スープ フルーツ	さのここ飯 さんまのしそ巻きフライ ミートポテトパイ サラダ 漬け物 すまし汁 フルーツ	秋分の日	さつまいもシチュー グリーンサラダ チーズ フルーツ
	豚肉 キャベツ 人参 しいたけ 里芋 ベーコン 玉ねぎ ほうれん草 もやし 豆腐	鶏肉 栗 人参 ピーマン 玉ねぎ しいたけ 大根 チンゲン菜 春雨 ねぎ	しめじ しいたけ 人参 さんま じゃがいも ひき肉 玉ねぎ レタス きゅうり 大根		鶏肉 さつまいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー レタス きゅうり ハム チーズ
26	27	28	29	30	
ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	
月見うどん きのこのソテー 小女子の佃煮 フルーツ	手羽先の塩焼き トマト カニと大根のサラダ なめこ汁 フルーツ	麻婆豆腐 もやしのカレー風味 たけのこスープ フルーツ	トンカツ 干切りキャベツ みかんサラダ とろろ汁 フルーツ	たらのオイル蒸し ほうれん草のたらこ和え さつまいもの味噌汁 フルーツ	アレルギーの子に ついては代替食で 対応しています。 例. 卵→タンパク質を含む 肉や魚など 麺類→春雨やビーフン などの類似品
鶏肉 ほうれん草 かまぼこ 卵 しめじ しいたけ 玉ねぎ ブロッコリー 小女子の佃煮	手羽先 トマト カニ 大根 きゅうり 人参 なめこ 豆腐 ねぎ	ひき肉 豆腐 玉ねぎ ピーマン もやし 人参 ベーコン たけのこ わかめ ねぎ	豚肉 キャベツ みかん レタス 春雨 人参 とろろ昆布 豆腐 じゃがいも	たら しめじ 玉ねぎ えのき ほうれん草 たらこ きゅうり さつまいも 豆腐 わかめ	
肉まん 牛乳	ヨーグルト ジュース	パン 牛乳	スイートポテト ジュース	アップルパイ 牛乳	