

献立表

2020年09月名倉幼稚園

(○は午後おやつ材料)

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 火	・御飯 ・白身魚のトマトソース ・ほうれん草とひじきのサラダ ・イタリアンスープ	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、パン粉、ごま油	メルルーサ、卵、ハム、チーズ ○牛乳	ほうれん草、ねぎ、トマトピューレ、たまねぎ、にんじん、ひじき、にんにく、しょうが	○牛乳 ○せんべい
02 水	・御飯 ・高野豆腐のカレーマーボー(スプーン) ・パンサンスー ・中華コーンスープ ・ゼリー	米、砂糖、はるさめ、ごま油、油 ○じゃがいも、○砂糖、○片栗粉、○小麦粉	凍り豆腐、卵、豚ひき肉 ○牛乳、○チーズ	果汁、たまねぎ、きゅうり、コーン、にんじん、ホールトマト、こまつな、かんてん、にんにく、しょうが ○あおのり	○牛乳 ○青のりボンデケーキ ○あおのり
03 木	・御飯 ・切干大根の卵焼き ・じゃがいもの醤油マヨネーズ ・ほうれん草のみそ汁	米、じゃがいも、マヨネーズ、片栗粉、砂糖 ○ホットケーキミックス、○砂糖、○油	卵、豆腐、しらす干し、みそ ○牛乳、○卵、○ヨーグルト	きゅうり、にんじん、ほうれん草、ねぎ、切り干しだいこん、しょうが ○バナナ	○牛乳 ○ヨーグルト蒸しパン
04 金	・御飯 ・ホイコーロー ・いとこ煮(スプーン) ・豆腐とわかめのすまし汁	米、さつまいも、砂糖 ○麩、○グラニュー糖	豆腐、豚肉、小豆、みそ ○牛乳、○バター	キャベツ、にんじん、ピーマン、ねぎ、わかめ	○牛乳 ○麩のラスク
05 土	・鮭とひじきの炊き込み御飯 ・豚汁 ・バナナ	米、こんにゃく、油、砂糖、ごま油	さけ、豚肉、みそ、油揚げ ○牛乳	バナナ、だいこん、ねぎ、にんじん、ごぼう、だいこんの葉、切り干しだいこん、ひじき	○牛乳 ○芋けんぴ
07 月	・御飯 ・カレイの野菜あんかけ ・和風サラダ ・切干し大根とかぼちゃのみそ汁	米、小麦粉、片栗粉、砂糖、油、ごま油 ○砂糖	かれい、みそ、油揚げ ○牛乳、○クリームチーズ	こまつな、かぼちゃ、しめじ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、いんげん、切り干しだいこん ○パイナップル	○牛乳 ○パインチーズクラッカー
09 水	・御飯 ・高野豆腐のふわふわ煮 ・春雨サラダ ・なすと玉ねぎのみそ汁	米、はるさめ、砂糖、油 ○じゃがいも	卵、凍り豆腐、みそ、油揚げ、ツナ缶 ○牛乳、○バター	なす、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、ねぎ、みつば、しいたけ、わかめ	○牛乳 ○じゃがバター
10 木	・御飯 ・ポークチャップ ・ブロッコリーの三色サラダ ・豆乳野菜スープ ・オレンジ	米、油、砂糖 ○片栗粉、○砂糖	豆乳、豚肉 ○牛乳、○きな粉	たまねぎ、オレンジ、ブロッコリー、キャベツ、かぼちゃ、にんじん、チンゲンサイ、コーン、えのきたけ	○牛乳 ○牛乳もち
11 金	・五目焼きそば ・豆腐とわかめのみそ汁 ・小魚	焼きそばめん、油、砂糖 ○米、○砂糖	豆腐、豚肉、みそ、いわし ○油揚げ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、ピーマン、ねぎ、わかめ ○にんじん、○ひじき	○ひじきおにぎり
12 土	・親子丼(スプーン) ・キャベツのゆかりあえ ・さつま芋とねぎのみそ汁	米、さつまいも、砂糖 ○じゃがいも	卵、鶏肉、みそ ○牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ	○牛乳 ○野菜スティック
14 月	・御飯 ・さけのコーンマヨネーズ焼き ・ほうれん草とコーンのおかか和え ・じゃが芋のすまし汁	米、じゃがいも、小麦粉、油 ○ホットケーキミックス○油、○砂糖	さけ、チーズ、かつお節 ○牛乳、○卵	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン、クリームコーン、ねぎ ○バナナ、○パイナップル	○牛乳 ○トロピカルケーキ
15 火	・御飯 ・お好み焼き風玉子焼き ・きゅうりとしらすの酢の物 ・だいこんとあげのみそ汁	米、小麦粉、砂糖、油	卵、豚ひき肉、みそ、油揚げ、しらす干し、かつお節 ○牛乳	だいこん、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、わかめ、あおのり	○牛乳 ○せんべい
16 水	・御飯 ・凍り豆腐の煮物 ・ブロッコリーのマヨネーズあえ ・五目かき玉汁 ・ゼリー(スプーン)	米、マヨネーズ、砂糖、片栗粉 ○じゃがいも、○砂糖、○片栗粉、○小麦粉	卵、凍り豆腐、油揚げ ○チーズ、○牛乳	果汁、ブロッコリー、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、コーン、しめじ、いんげん、かんてん、わかめ ○あおのり	○牛乳 ○青のりボンデケーキ
17 木	・きのこツナの和風パスタ ・海藻ゴマネーズサラダ ・野菜のコンソメスープ	スパゲティ、じゃがいも、マヨネーズ、ごま、砂糖 ○じゃがいも	ハム、バター、ツナ缶 ○牛乳	もやし、ブロッコリー、コーン、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれん草、しめじ、えのきたけ、ひじき	○牛乳 ○野菜スティック
19 土	・中華丼(スプーン) ・中華コーンスープ ・小魚	米、ごま油、片栗粉、砂糖	豚肉、卵、いわし ○牛乳	はくさい、コーン、にんじん、こまつな、しいたけ、ねぎ、たけのこ、きくらげ、しょうが、にんにく	○牛乳 ○芋けんぴ
23 水	・御飯 ・高野豆腐の揚げ出し ・小松菜とコーンの和え物 ・五目みそ汁	米、油、片栗粉、砂糖 ○じゃがいも	凍り豆腐、みそ、油揚げ ○牛乳、○バター	こまつな、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、ごぼう、しめじ、コーン、ねぎ	○牛乳 ○じゃがバター
24 木	・ロールパン ・森のきのこシチュー(スプーン) ・フレンチサラダ ・ヨーグルト	ロールパン、油、砂糖 ○米	ヨーグルト、鶏肉	キャベツ、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、しめじ、きゅうり、えのきたけ、コーン	○わかめおにぎり
25 金	・御飯 ・豚肉と切干大根のソース炒め ・ほうれん草とツナの酢和え ・もやしとわかめのみそ汁	米、砂糖、ごま油 ○麩、○グラニュー糖	豚肉、みそ、ツナ缶 ○牛乳、○バター	ほうれん草、キャベツ、もやし、にんじん、切り干しだいこん、わかめ、あおのり	○牛乳 ○麩のラスク
28 月	・御飯 ・白身魚の照り焼き ・かぼちゃのごまマヨネーズ ・小松菜となめこのみそ汁 ・ゼリー(スプーン)	米、砂糖、マヨネーズ、ごま油 ○砂糖	たら、みそ ○牛乳、○クリームチーズ	果汁、かぼちゃ、にんじん、だいこん、こまつな、ブロッコリー、ねぎ、なめこ、かんてん ○パイナップル	○牛乳 ○パインチーズクラッカー
29 火	・御飯 ・スパニッシュオムレツ ・パプリカとひじきのサラダ(スプーン) ・ミネストローネスープ	米、じゃがいも、油	卵、ウインナーソーセージ、牛乳、豚ひき肉、バター ○牛乳	キャベツ、たまねぎ、トマトジュース、トマト、にんじん、パプリカ、ブロッコリー、セロリ、ひじき、にんにく	○牛乳 ○ビスケット
30 水	・きつねうどん ・小魚 ・バナナ	うどん、砂糖	油揚げ、いわし ○牛乳	バナナ、たまねぎ、ねぎ、にんじん	○牛乳 ○せんべい

世界の料理～韓国～

18 金	・ビビンバ(スプーン) ・チャプチェ ・チヂミ ・切干大根のナムル ・わかめスープ ・梨のコンポート ・菓葉(クッキー)	米、米粉、はるさめ、砂糖、ごま油、水あめ、ごま、はちみつ、小麦粉、油、白玉粉 ○上新粉、○砂糖、○片栗粉、○ごま	豚肉、鶏ひき肉、しらす干し ○牛乳	なし、にら、にんじん、もやし、ほうれん草、たまねぎ、わかめ、キャベツ、ねぎ、きゅうり、切り干しだいこん、たけのこ、コーン、しょうが、しいたけ、にんにく	○牛乳 ○トポッキ
---------	--	---	----------------------	---	--------------

お誕生日会

8 火	・御飯 ・鶏のから揚げ ・ジャーマンポテト ・マカロニチーズ ・トマトとポイルブロッコリー ・オニオンスープ ・アイスクリーム(スプーン)	米、じゃがいも、スパゲティ、油、マヨネーズ、片栗粉	鶏肉、ラクトアイス、牛乳、ベーコン、チーズ ○牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、トマト、パセリ、しょうが、にんにく	○牛乳 ○ビスケット
--------	---	---------------------------	------------------------------	-------------------------------	---------------

9月26日(土) パン給食か家庭弁当かお選びください