



献

立

表

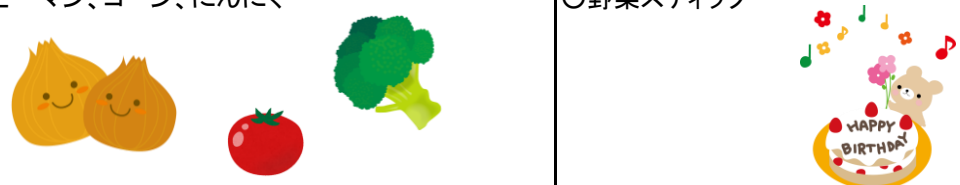


2023年09月名倉幼稚園

(○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 金	・御飯 ・凍り豆腐の煮物 ・花野菜の天ぷら ・玉ねぎとわかめのみそ汁	米、小麦粉、油、片栗粉、砂糖 ○麩、○ごま、○三温糖、○ごま油	凍り豆腐、油揚げ、みそ、卵、チーズ ○牛乳、○きな粉	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、チンゲンサイ、カリフラワー、コーン、しめじ、いんげん、わかめ	○牛乳 ○すなっふ
02 土	・ドライカレーライス ・玉ねぎとセロリのスープ ・バナナヨーグルト(スプーン)	米、油、米粉	ヨーグルト、豚ひき肉 ○牛乳	たまねぎ、バナナ、にんじん、ピーマン、レーズン、セロリ、にんにく、しょうが	○牛乳 ○芋けんぴ
04 月	・御飯 ・さけのちゃんちゃん焼き ・トマトのツナ和え ・磯香汁	米、砂糖、油 ○砂糖	さけ、豆腐、ツナ缶、みそ、バター ○牛乳、○卵	キャベツ、トマト、にんじん、きゅうり、たまねぎ、しめじ、ねぎ、わかめ	○牛乳 ○プリン 
05 火	・御飯 ・スパニッシュオムレツ ・ビーンズサラダ ・トマトスープ ・ゼリー(スプーン)	米、じゃがいも、砂糖、マヨネーズ、油 ○ホットケーキミックス、○砂糖、○油	卵、大豆、ハム、ウインナーソーセージ、牛乳、バター ○牛乳、○卵	果汁、たまねぎ、トマト、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、コーン、かんてん ○にんじん、○りんご	○牛乳 ○人参ケーキ
06 水	・冷やしぶっかけうどん ・枝豆とコーンの天ぷら ・小魚	うどん、小麦粉、油、砂糖 ○米、○ごま	卵、ツナ缶、いわし、油揚げ ○さけ	コーン、きゅうり、えだまめ、わかめ、ねぎ	○鮭おにぎり
07 木	・御飯 ・ホイコーロー ・いとこ煮(スプーン) ・麩とえのきのすまし汁	米、砂糖、麩 ○とうもろこし、○油	豚肉、小豆、みそ ○牛乳	かぼちゃ、キャベツ、にんじん、ピーマン、えのきたけ、ねぎ	○牛乳 ○ポップコーン(カレー)
08 金	・御飯 ・高野豆腐のカレーマーボー ・春雨サラダ ・コンスープ ・パイン缶(スプーン)	米、はるさめ、油、砂糖、ごま油 ○麩、○グラニュー糖	凍り豆腐、卵、豚ひき肉、ツナ缶 ○牛乳、○バター	パイナップル、たまねぎ、クリームコーン、ほうれんそう、コーン、ホールトマト、にんじん、あさつき、わかめ、にんにく、しょうが	○牛乳 ○麩のラスク
09 土	・ツナとトマトのスパゲティ ・野菜のコンソメスープ ・チーズ	スパゲティ、じゃがいも、油	ツナ缶、チーズ ○牛乳	たまねぎ、ホールトマト、キャベツ、こまつな、にんじん	○牛乳 ○せんべい
11 月	・御飯 ・白身魚の煮つけ ・ブロッコリーのマヨネーズあえ ・豚汁 ・みかん缶(スプーン)	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖 ○砂糖	あかうお、豚肉、みそ ○牛乳、○ゼラチン、○生クリーム	みかん、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ごぼう、コーン、しょうが	○牛乳 ○ババロア 
12 火	・御飯 ・お好み焼き風玉子焼き ・切干大根の煮物 ・チンゲン菜とえのきのみそ汁	米、小麦粉、油 ○小麦粉、○砂糖、○油	卵、豚ひき肉、油揚げ、みそ、かつお節 ○牛乳、○卵、○バター	たまねぎ、キャベツ、チンゲンサイ、えのきたけ、切り干しだいこん、あおのり ○かぼちゃ	○牛乳 ○かぼちゃドーナツ
13 水	・ちゃんぽんラーメン ・はるさめサラダ ・バナナ	中華めん、はるさめ、砂糖、ごま油、ごま ○米、○ごま油	豚肉、ハム、かまぼこ ○かつお節	バナナ、きゅうり、キャベツ、トマト、たまねぎ、もやし、にんじん	○焼きおにぎり
14 木	・御飯 ・豆腐と青菜のチャンプルー ・かぼちゃのサラダ(スプーン) ・玉ねぎと油揚げのみそ汁	米、マヨネーズ、油、ごま油、片栗粉	豆腐、卵、豚肉、ハム、みそ、油揚げ ○牛乳	かぼちゃ、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン ○バナナ、○りんご、○みかん、○パイナップル	○牛乳 ○フルーツポンチ
16 土	・マーボー丼(スプーン) ・パンサンスー ・コンスープ	米、はるさめ、砂糖、ごま油	豆腐、豚ひき肉、みそ ○牛乳	クリームコーン、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ、コーン、にんにく、しょうが	○牛乳 ○芋けんぴ
19 火	・御飯 ・カレイの野菜あんかけ ・パプリカとひじきのサラダ ・大豆汁 ・ゼリー(スプーン)	米、砂糖、小麦粉、油、片栗粉 ○ホットケーキミックス、○油、○砂糖	かれい、大豆、みそ、油揚げ ○牛乳、○卵	果汁、キャベツ、なす、たまねぎ、えのきたけ、パプリカ、にんじん、ねぎ、いんげん、ひじき、かんてん ○にんじん、○りんご	○牛乳 ○人参ケーキ 
20 水	・スープスパゲティ ・ブロッコリーとコーンのソテー ・トマト ・ヨーグルト(スプーン)	スパゲティ、オリーブ油、油 ○米	ヨーグルト、ベーコン	トマト、ブロッコリー、たまねぎ、こまつな、コーン、パプリカ、しめじ、にんにく	○わかめおにぎり
21 木	・御飯 ・豚肉と切干大根のソース炒め ・豆腐のサラダ(スプーン) ・五目みそ汁 ・バナナ	米、油、砂糖 ○とうもろこし、○油	豆腐、豚肉、みそ、油揚げ ○牛乳	ブロッコリー、キャベツ、バナナ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん、ごぼう、あおのり	○牛乳 ○ポップコーン(カレー) 
22 金	・御飯 ・高野豆腐のふわふわ煮 ・きんぴらごぼう ・キャベツとねぎのすまし汁	米、ごま油、砂糖 ○麩、○グラニュー糖	卵、凍り豆腐、豚ひき肉 ○牛乳、○バター	にんじん、キャベツ、ごぼう、ねぎ、えのきたけ、しいたけ、みつば	○牛乳 ○麩のラスク
25 月	・御飯 ・さんまのかば焼き風 ・枝豆の白和え ・かき玉汁 ・ゼリー(スプーン)	米、砂糖、片栗粉、油、ごま ○砂糖	さんま、豆腐、卵 ○牛乳、○卵	果汁、にんじん、コーン、えだまめ、ねぎ、かんてん、しょうが	○牛乳 ○プリン
26 火	・御飯 ・厚焼き卵・ツナ ・キャベツの胡麻マヨネーズあえ ・金時豆の甘煮(スプーン) ・豆腐すまし汁	米、砂糖、じゃがいも、マヨネーズ、油、ごま ○小麦粉、○砂糖、○油	卵、豆腐、金時豆、ツナ缶、ちくわ ○牛乳、○卵、○バター	キャベツ、なす、たまねぎ、にんじん、ねぎ ○かぼちゃ	○牛乳 ○かぼちゃドーナツ 
27 水	・御飯 ・高野豆腐の揚げ出し ・もやしのツナ酢あえ ・じゃがいもとわかめのみそ汁 ・ゼリー(スプーン)	米、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	凍り豆腐、ツナ缶 ○牛乳	果汁、もやし、にんじん、たまねぎ、しめじ、いんげん、ねぎ、かんてん、ひじき、わかめ ○バナナ、○りんご、○みかん、○パイナップル	○牛乳 ○フルーツポンチ
28 木	・とん汁うどん ・野菜ジュース ・小魚	うどん、さつまいも、砂糖、ごま油 ○米	豚肉、みそ、いわし ○ツナ缶	野菜ミックスジュース、だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう ○にんじん	○ツナカレーおにぎり
29 金	・鮭ごはん ・お月様つくね ・ブロッコリーと人参のおかか和え ・豆腐とわかめのみそ汁 ・りんご	米、砂糖、ごま、片栗粉 ○白玉粉、○砂糖、○片栗粉	豆腐、鶏ひき肉、さけ、かつお節 ○牛乳	りんご、ブロッコリー、にんじん、かぼちゃ、ねぎ、たまねぎ、わかめ	○牛乳 ○みたらし団子 
30 土	・中華丼(スプーン) ・もやしのツナ酢あえ ・じゃがいものスープ	米、じゃがいも、ごま油、片栗粉、砂糖	豚肉、ツナ缶 ○牛乳	はくさい、もやし、にんじん、たまねぎ、しいたけ、ねぎ、いんげん、たけのこ、ひじき、わかめ、きくらげ、しょうが、にんにく	○牛乳 ○せんべい

お誕生日会

15 金	・御飯 ・ピザバーグ ・フライドポテト ・トマトとポイルブロッコリー ・ポイル人参 ・コーン ・オニオンスープ ・ババロア(スプーン)	米、フライドポテト、砂糖、マヨネーズ、油、パン粉	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、チーズ、生クリーム、ゼラチン ○牛乳	たまねぎ、にんじん、いちご、ブロッコリー、トマト、ピーマン、コーン、にんにく	○牛乳 ○野菜スティック 
---------	--	--------------------------	--------------------------------------	--	--