

令和3年 9月献立表

友田保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	防災食	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／きびざとう／かたくり粉／有塩バター／さつまいも／黒ごま(いり)／薄力粉	牛乳／干ひじき(アレルゲン)／油揚げ／豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／ジョアストロベリ／卵	にんじん／なす／ねぎ／にんにく(りん茎)／しょうが／グリーンピース(冷凍)／パインアップル(缶詰)	さつま芋ケーキ 牛乳	16	さんまのかば焼き丼 五目和え わかめと麩のすまし汁 なし	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／薄力粉／薄力粉／きびざとう／白ごま(いり)／焼きふ(飯ふ)／コッペパン／上白糖	さんま(三枚おろし)／ロースハム／油揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／ながこんぶ(葉干し)／かつお加工品(削り節)／卵／牛乳	野菜ジュース／にんじん／きゅうり／りょくとうもやし／ねぎ／日本なし	チョコクリームサンド 牛乳 野菜ジュース
2	さんまのかば焼き丼 五目和え わかめと麩のすまし汁 なし	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／薄力粉／薄力粉／きびざとう／白ごま(いり)／焼きふ(飯ふ)／コッペパン／上白糖	さんま(三枚おろし)／ロースハム／油揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／ながこんぶ(葉干し)／かつお加工品(削り節)／卵／牛乳	野菜ジュース／にんじん／きゅうり／りょくとうもやし／ねぎ／日本なし	チョコクリームサンド 牛乳 野菜ジュース	17	麦ごはん 鶏肉のさっぱり煮 エリンギと小松菜のソテー 大根と油揚げの味噌汁 バナナ	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／マヨネーズ(全卵型)／有塩バター／蒸し中華めん／醤油	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(葉干し)／豚モモ(脂身付き)	にんにく(りん茎)／しょうが／エリンギ／こまつな／にんじん／だいこん／バナナ／キャベツ／玉葱／青ピーマン／りょくとうもやし	焼きそば 牛乳
3	麦ごはん 鶏肉のさっぱり煮 エリンギと小松菜のソテー 大根と油揚げの味噌汁 バナナ	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／マヨネーズ(全卵型)／有塩バター／蒸し中華めん／醤油	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(葉干し)／豚モモ(脂身付き)	にんにく(りん茎)／しょうが／エリンギ／こまつな／にんじん／だいこん／バナナ／キャベツ／玉葱／青ピーマン／りょくとうもやし	焼きそば 牛乳	18	たまごドッグ 豚しゃぶサラダ ミルクスープ バナナ	ロールパン／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／ごま油／じゃがいも／有塩バター／ハードビスケット	豆乳／卵／豚中型種ロース(脂身付き)／ベーコン／牛乳／ヨーグルト	きゅうり／にんじん／りょくとうもやし／玉葱／とうもろこし缶詰(ホ-ル)／バナナ	ヨーグルト ビスコ 牛乳 豆乳
4	たまごドッグ 豚しゃぶサラダ ミルクスープ バナナ	ロールパン／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／ごま油／じゃがいも／有塩バター／ハードビスケット	豆乳／卵／豚中型種ロース(脂身付き)／ベーコン／牛乳／ヨーグルト	きゅうり／にんじん／りょくとうもやし／玉葱／とうもろこし缶詰(ホ-ル)／バナナ	ヨーグルト ビスコ 牛乳 豆乳	21	ごはん かれのい電田揚げ 大豆の五目煮 きのこ汁 かき	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／かたくり粉／薄力粉／かたくり粉／きびざとう／食パン／ソフトタイプマーガリン	豆乳／かれのい／大豆(国産、ゆで)／刻み昆布／豚中型種モモ(脂身付き)／ながこんぶ(葉干し)／かつお加工品(削り節)／あずき(い)／牛乳	しょうが／にんじん／ごぼう／えのきたけ／ほんしめじ／まいたけ／ねぎ	うなぎまんじゅう 牛乳 豆乳
6	ごはん ポークチャップ キャベツのごま和え 豆腐となめこの味噌汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／きびざとう／白ごま(いり)／すいとん粉	豆乳／豚中型種ロース(脂身付き)／ロースハム／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(葉干し)／かつお加工品(削り節)／牛乳	玉葱／キャベツ／にんじん／なめこ／ねぎ／だいこん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ごぼう／こまつな	すいとん 牛乳 豆乳	22	コッペパン マカロニグラタン ポパイサラダ 大根と椎茸のスープ バナナ	コッペパン／マカロニ／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／粉チーズ／かに風味かまぼこ／しらす干し(半乾燥品)	玉葱／マッシュルーム(水煮缶詰)／ほうれんそう／にんじん／だいこん／生しいたけ(菌床栽培、生)／バナナ	ちりめんむすび 牛乳
7	コッペパン マカロニグラタン ポパイサラダ 野菜スープ バナナ	コッペパン／マカロニ／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／粉チーズ／かに風味かまぼこ／ベーコン	玉葱／マッシュルーム(水煮缶詰)／ほうれんそう／にんじん／キャベツ／セロリ／バナナ／温州蜜柑缶詰(果肉)／パインアップル(缶詰)	フルーツ入りゼリー 牛乳	24	黒米入りごはん 鶏肉の塩麹焼き もやしの中華風和え物 さつま汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／蒸しかまぼこ／豚中型種モモ(脂身付き)／ごま油／白ごま(すり)／さつまいも／ぎょうざの皮／上白糖	りょくとうもやし／きゅうり／にんじん／だいこん／ごぼう／ねぎ／バナナ／りんご	りんごの揚げパイ 牛乳
8	ごはん かれのい電田揚げ 大豆の五目煮 きのこ汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／かれのい／大豆(国産、ゆで)／刻み昆布／豚中型種モモ(脂身付き)／ながこんぶ(葉干し)／かつお加工品(削り節)／プロセスチーズ	しょうが／にんじん／ごぼう／えのきたけ／ほんしめじ／まいたけ／ねぎ	チーズトースト 牛乳	25	スパゲティ ナポリタン コーンサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲティ／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	豆乳／ロースハム／粉チーズ／ベーコン／牛乳	玉葱／にんじん／青ピーマン／マッシュルーム(水煮缶詰)／トマト缶詰(ホ-ル)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホ-ル)／パセリ／バナナ	ミニクリームパン 牛乳 豆乳
9	ハヤシライス 大根サラダ 中華風コーンスープ なし	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	豚モモ(脂身付き)／卵／牛乳	野菜ジュース／にんにく(りん茎)／しょうが／玉葱／にんじん／マッシュルーム(水煮缶詰)／大根(福神漬)／グリーンピース(冷凍)／だいこん／きゅうり／チンゲンツァイ／とうもろこし缶詰(ホ-ル)／日本なし	にんじん蒸しパン 牛乳 野菜ジュース	27	ごはん ハンバーグきのこソース ジャーマンポテト ちんげん菜の味噌汁 なし	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／豚ひき肉／卵／ベーコン／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(葉干し)／おから(新製法)／焼きのり	玉葱／ほんしめじ／えのきたけ／生しいたけ(菌床栽培、生)／ほうれんそう／チンゲンツァイ／にんじん／日本なし	おからもち 牛乳
10	黒米入りごはん 鶏肉の塩麹焼き もやしの中華風和え物 さつま汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／蒸しかまぼこ／豚中型種モモ(脂身付き)／ごま油／白ごま(すり)／さつまいも／ぎょうざの皮／上白糖	りょくとうもやし／きゅうり／にんじん／だいこん／ごぼう／ねぎ／バナナ／りんご	りんごの揚げパイ 牛乳	28	コッペパン ささみフライ かぼちゃサラダ コンソメスープ バナナ	コッペパン／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉	豆乳／鶏若鶏肉ささ身／卵／ロースハム／たらこ／牛乳	日本かぼちゃ／にんじん／きゅうり／玉葱／セロリ／キャベツ／パセリ／バナナ	たらこむすび 牛乳 豆乳
11	スパゲティ ナポリタン コーンサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲティ／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	豆乳／ロースハム／粉チーズ／ベーコン／牛乳	玉葱／にんじん／青ピーマン／マッシュルーム(水煮缶詰)／トマト缶詰(ホ-ル)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホ-ル)／パセリ／バナナ	ミニクリームパン 牛乳 豆乳	29	ふりかけごはん かに玉 ひじきの炒め煮 かぶと厚揚げの味噌汁 かき	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／かに風味かまぼこ／木綿豆腐／卵／さつま揚げ／生揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(葉干し)	にんじん／かぶ／かぶ(葉)	さつま芋ケーキ 牛乳
13	ごはん ハンバーグきのこソース ジャーマンポテト ちんげん菜の味噌汁 なし	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／豚ひき肉／卵／ベーコン／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(葉干し)／おから(新製法)／焼きのり	玉葱／ほんしめじ／えのきたけ／生しいたけ(菌床栽培、生)／ほうれんそう／チンゲンツァイ／にんじん／日本なし	おからもち 牛乳	30	さんまのかば焼き丼 五目和え わかめと麩のすまし汁 なし	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	さんま(三枚おろし)／ロースハム／油揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／ながこんぶ(葉干し)／かつお加工品(削り節)／卵／牛乳	野菜ジュース／にんじん／きゅうり／りょくとうもやし／ねぎ／日本なし	チョコクリームサンド 牛乳 野菜ジュース
14	コッペパン ささみフライ かぼちゃサラダ コンソメスープ バナナ	コッペパン／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉／薄力粉(乾燥)／薄力粉	豆乳／鶏若鶏肉ささ身／卵／ロースハム／たらこ／牛乳	日本かぼちゃ／にんじん／きゅうり／玉葱／セロリ／キャベツ／パセリ／バナナ	たらこむすび 牛乳 豆乳	<p>9月1日 防災の日 21日 お月見</p> 					
15	ふりかけごはん かに玉 ひじきの炒め煮 かぶと厚揚げの味噌汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉／薄力粉	牛乳／かに風味かまぼこ／木綿豆腐／卵／さつま揚げ／生揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(葉干し)	にんじん／かぶ／かぶ(葉)	さつま芋ケーキ 牛乳	<p>※3歳以上児 エネルギー 576Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 19.2g 食塩相当量 2.1g 3歳未満児 エネルギー 500Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 17.3g 食塩相当量 1.7g</p>					

※材料の都合により、献立が変更になる場合があります。