

# 9月 献立表 幼児食

2022年 9月

愛児舎

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 15 29 木	ごはん さばの味噌煮 白菜の昆布和え けんちん汁	◎マカロニきな粉 ◎牛乳(おやつ)	さば、木綿豆腐、きな粉、牛乳	しょうが、はくさい、にんじん、塩昆布、だいこん、ごぼう、長ねぎ	うるち米、上白糖、さといも、ごま油、マカロニ	水、米みそ、本みりん、料理酒、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、精製塩
2 16 金	サンドイッチ(ハム・チーズ) 夏野菜炒め煮(ラタトゥユ風) 牛乳 ぶどう(40g)	◎じゃこごはん	プロセスチーズ、ロースハム、鶏もも肉、牛乳、しらす干し	サラダ菜、いちごジャム、たまねぎ、にんじん、なす、青ピーマン、赤パプリカ、ホールトマト缶、ズッキーニ、にんにく、ぶどう、塩昆布	酵母食パン、じゃがいも、炒め油、うるち米	マヨネーズ、水、コンソメ、食塩、清酒
3 17 土	豚丼 きゅうりの昆布和え みそ汁(もやし・だいこん) オレンジ	◎わかめごはん	豚もも肉	しょうが、たまねぎ、グリーンピース、きゅうり、塩昆布、だいずもやし、だいこん、にんじん、カットわかめ、パレンシアオレンジ	うるち米、上白糖、サラダ油、いりごま	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、清酒、米みそ、食塩
5 月	あんかけ焼きそば かき玉汁(五目) なし	◎人参ケーキ ◎牛乳(おやつ)	豚ロース、卵、牛乳	はくさい、たまねぎ、たけのこ、にんじん、しいたけ、きくらげ、しょうが、にんにく、チンゲンサイ、乾燥わかめ、なし	蒸し中華めん、炒め油、ごま油、上白糖、かたくり粉、ホットケーキミックス、サラダ油	中華だし、水、精製塩、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし
6 20 火	ごはん 鶏肉塩麹焼き(チーズ) 切り昆布とさつま揚げの煮物 豆腐みそ汁(わかめ)	◎じゃこマヨトースト ◎牛乳(おやつ)	鶏もも肉、チェダーチーズ、さつま揚げ、木綿豆腐、しらす、牛乳	刻み昆布、にんじん、カットわかめ、長ねぎ、あおのり	うるち米、サラダ油、ごま油、上白糖、酵母食パン	水、塩麹、パプリカ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、米みそ、マヨネーズ
7 21 水	ごはん 春雨のチャプチェ さつま芋のレモン煮 中華スープ(きくらげ)	◎フルーツヨーグルト	牛かたロース、ベーコン、プレーンヨーグルト	青ピーマン、にんじん、干しいたけ、たまねぎ、たけのこ、レモン、きくらげ、えのきたけ、白桃缶、みかん缶、バナナ、パイナップル缶	うるち米、緑豆はるさめ、ごま油、上白糖、いりごま、サラダ油、さつまいも、有塩バター	水、こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、中華だし、食塩
8 22 木	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き きゅうりとささみのごまサラダ みそ汁(小松菜)	◎フライドポテト ◎牛乳(おやつ)	さけ、パルメザンチーズ、鶏ささみ、牛乳	えのきたけ、パセリ、きゅうり、コーン缶、こまつな、にんじん、長ねぎ	うるち米、サラダ油、上白糖、すりごま、じゃがいも、揚げ油	水、精製塩、マヨネーズ、ガーリックパウダー、料理酒、こいくちしょうゆ、穀物酢、かつお・昆布だし、米みそ、食塩
9 30 金	パンズパン 鶏かつ キャベツゆかり和え 野菜スープ 牛乳	◎鮭、梅おにぎり	鶏むね肉、卵、牛乳、さけ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、梅干し	ロールパン、薄力粉、パン粉、揚げ油、うるち米、いりごま	食塩、ゆかり、水、コンソメ
10 24 土	豚汁うどん キャベツとツナのサラダ みかん缶詰	◎ゆかりごはん	豚ばら肉、ツナ缶、かつお節	だいこん、にんじん、ごぼう、長ねぎ、キャベツ、みかん缶、梅干し	うどん、さといも、ごま油、サラダ油、うるち米、いりごま	かつお・昆布だし、米みそ、本みりん、穀物酢、食塩、水、こいくちしょうゆ
12 26 月	三色そばろ丼 ブロッコリー甘酢和え すまし汁(白菜・えのき)	◎スパゲッティナポリタン ◎牛乳(おやつ)	鶏ひき肉、ツナ缶、豚ひき肉、牛乳	にんじん、ほうれんそう、ブロッコリー、はくさい、えのきたけ、葉ねぎ、たまねぎ、青ピーマン	うるち米、炒め油、上白糖、ごま油、スパゲッティ	かつお・昆布だし、おろししょうが、こいくちしょうゆ、料理酒、食塩、穀物酢、トマトケチャップ、ウスターソース
13 27 火	ごはん 豆腐とひじきのハンバーグ 小松菜とコーンのごま和え みそ汁(かぼちゃ)	◎さつま芋の蒸しパン ◎牛乳(おやつ)	木綿豆腐、鶏ひき肉、油揚げ、牛乳、卵	干しひじき、たまねぎ、だいこん、こまつな、コーン缶、にんじん、かぼちゃ、長ねぎ	うるち米、かたくり粉、上白糖、すりごま、ホットケーキミックス、さつまいも、サラダ油	水、食塩、こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ
14 28 水	ポークカレーライス コールスローサラダ きのこスープ	◎クリームパン ◎牛乳(おやつ)	豚もも肉、牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、ぶなしめじ、さやいんげん	うるち米、じゃがいも、炒め油、上白糖	水、カレーパウダー、食塩、穀物酢、マヨネーズ、コンソメ、精製塩、クリームパン

\*1\*都合によりメニューが変更になる場合がありますのでご了承ください

アレルギー使用食材

パンズパン・食パン:卵・乳・小麦 酵母パン:小麦 カレー・シチュールウ:小麦・乳

ハム・ベーコン、焼き豚:全園児卵・乳が含まれていない物を使用

焼きそば、スパゲティ・卵含まれず”□

□

# 9月 献立表 離乳食

2022年 9月

愛児舎

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 15 29 木	軟飯(粥) 白身魚の味噌煮 白菜のごま和え けんちん汁	◎マカロニきな粉	かれい、木綿豆腐、きな粉	はくさい、にんじん、だいこん、長ねぎ	うるち米、上白糖、すりごま、さいとも、ごま油、マカロニ	水、米みそ、本みりん、料理酒、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、食塩、精製塩
2 16 金	チーズトースト 夏野菜炒め煮(ラタトゥユ風) バナナ(45g)	◎じゃこごはん	パルメザンチーズ、鶏ひき肉、しらす干し	たまねぎ、にんじん、なす、赤パプリカ、ホールトマト缶、ズッキーニ、バナナ	酵母食パン、有塩バター、じゃがいも、炒め油、うるち米	水、コンソメ、食塩、清酒
3 17 土	そぼろ丼 スティックきゅうり みそ汁(もやし・だいこん) バナナ(45g)	◎わかめ軟飯(粥)	豚ひき肉	たまねぎ、にんじん、きゅうり、だizuもやし、だいこん、カットわかめ、バナナ	うるち米、上白糖、炒め油、いりごま	水、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、米みそ、食塩
5 月	あんかけうどん かき玉汁(五目) りんごのコンポート	◎人参蒸しパン	豚ひき肉、卵、牛乳	はくさい、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、乾燥わかめ、りんご	うどん、炒め油、ごま油、かたくり粉、上白糖、ホットケーキミックス、サラダ油	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、精製塩、水
6 20 火	軟飯(粥) 鶏つくねのあんかけ 野菜煮物 豆腐みそ汁(わかめ)	◎バタートースト	鶏ひき肉、木綿豆腐	にんじん、たまねぎ、カットわかめ、長ねぎ	うるち米、かたくり粉、サラダ油、上白糖、ごま油、酵母食パン、有塩バター	食塩、水、こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ
7 21 水	軟飯(粥) 春雨炒め煮 さつまいもの甘煮 中華スープ(えのき)	◎チーズリゾット	豚ひき肉、粉チーズ、牛乳	青ピーマン、にんじん、たまねぎ、えのきたけ	うるち米、緑豆はるさめ、ごま油、上白糖、いりごま、サラダ油、さつまいも、有塩バター	こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、中華だし、水、食塩
8 22 木	軟飯(粥) 鮭の塩焼き 小松菜のごま和え みそ汁	◎きな粉おじや	さけ、きな粉	にんじん、こまつな、長ねぎ	うるち米、すりごま、上白糖	食塩、料理酒、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、米みそ
9 30 金	酵母食パン 鶏肉ハンバーグ キャベツおかか和え 野菜スープ	◎しらすおにぎり	鶏ひき肉、しらす	キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶	酵母食パン、かたくり粉、炒め油、うるち米	食塩、水、コンソメ
10 24 土	豚汁うどん キャベツとツナ煮びたし みかん缶詰	◎わかめおじや	豚ひき肉、ツナ缶	だいこん、にんじん、長ねぎ、キャベツ、みかん缶	うどん、さいとも、ごま油、うるち米	かつお・昆布だし、米みそ、本みりん、食塩、炊き込みわかめ
12 26 月	三色そぼろ丼(軟飯) ブロッコリーツナ和え すまし汁(白菜・えのき)	◎スープスパゲッティ	鶏ひき肉、ツナ缶、豚ひき肉	にんじん、ほうれんそう、ブロッコリー、はくさい、えのきたけ、葉ねぎ、たまねぎ、青ピーマン	うるち米、炒め油、上白糖、ごま油、スパゲッティ	かつお・昆布だし、おろししょうが、こいくちしょうゆ、料理酒、食塩、トマトケチャップ
13 27 火	軟飯(粥) 豆腐とひじきのハンバーグ 小松菜とコーンのごま和え みそ汁(かぼちゃ)	◎さつまいおじや	木綿豆腐、鶏ひき肉	干しひじき、たまねぎ、だいこん、こまつな、コーン缶、にんじん、かぼちゃ、長ねぎ、まこんぶ	うるち米、かたくり粉、すりごま、さつまいも	水、食塩、こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ
14 28 水	軟飯(粥) 肉じゃが キャベツ煮びたし きのこスープ	◎チーズリゾット	豚ひき肉、粉チーズ、牛乳	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、キャベツ、えのきたけ、ぶなしめじ	うるち米、じゃがいも、炒め油、上白糖	こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、水、食塩、コンソメ、精製塩