



令和2年 9月 献立表



勾金保育所

日	曜	献立名	おやつ		主な材料
1	火	筑前煮 煮卵 味噌汁	ホットケーキ	牛乳	鶏肉 人参 ごぼう 大根 高野豆腐 里芋 小ネギ 玉ねぎ ナス 厚揚げ 大豆水煮 果物 ホイップクリーム
2	水	アジの南蛮漬け 芋の甘煮 すまし汁(豆腐 ネギ)	みたらし団子	牛乳	アジ 人参 玉ねぎ ピーマン パプリカ さつま芋 果物 白玉粉 団子粉
3	木	麻婆ナス 焼魚(塩鯖)	海鮮チヂミ	牛乳	豚挽 人参 ナス ニラ 玉ねぎ しめじ
4	金	鶏天 酢の物 わかめスープ	ももヨーグルト	お菓子	鶏肉 人参 きゅうり 春雨 玉ねぎ 小ネギ わかめ キャベツ 卵 カニカマ 果物
5	土	焼きそば ウインナー 牛乳	お菓子	果物	豚肉 人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ かまぼこ
7	月	キーマカレー サラダ	ジャムサンド	牛乳	合挽 人参 玉ねぎ トマト ナス ピーマン パプリカ きゅうり スパゲッティ コーン シーチキン 果物 イチゴジャム
8	火	チャブチェ マスタードポテト 中華スープ	マカロニ黄粉	牛乳	豚肉 人参 玉ねぎ ピーマン パプリカ 春雨 じゃが芋 えのき 小ネギ わかめ 果物 マカロニ 黄粉
9	水	魚のコーン焼き 和え物 すまし汁(わかめ えのき)	星たべよ	牛乳	カラスカレイ コーン マヨネーズ 人参 キャベツ きゅうり わかめ えのき 小ネギ
10	木	ベーコンと南瓜のキッシュ ピクルス 味のり 洋風スープ	リンゴヨーグルト	お菓子	ベーコン 人参 玉ねぎ 南瓜 ピーマン しめじ えのき 卵 きゅうり キャベツ 果物
11	金	冷やしうどん かき揚げ 金時豆煮	わんぱくもち	牛乳	きゅうり 卵 かまぼこ トマト 人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう さつま芋 金時豆 果物 ご飯 かつお節 チーズ ちりめんじゃこ
12	土	五目ご飯 漬物 味噌汁(大根 油揚げ) 牛乳	お菓子	果物	鶏肉 人参 ごぼう 油揚げ しめじ しいたけ 玉ねぎ 小ネギ
14	月	豚汁 焼魚(塩鯖)	ピザトースト	牛乳	豚肉 人参 玉ねぎ ごぼう 大根 さつま芋 豆腐 果物 ウインナー コーン チーズ
15	火	コロッケ ひじき煮 すまし汁(豆腐 麩)	ソファール ヨーグルト	お菓子	合挽 人参 玉ねぎ じゃが芋 大豆水煮 厚揚げ ごぼう 豆腐 麩 小ネギ 果物
16	水	魚のホイル焼き 切り干し大根煮 味噌汁	オープンサンド	牛乳	カラスカレイ 人参 玉ねぎ ピーマン パプリカ しめじ えのき 油揚げ 南瓜 小ネギ 豆腐 果物 ロールパン 卵
17	木	肉じゃが そうめん汁 ちくわの磯辺揚げ	ベジたべる	牛乳	牛肉 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく じゃが芋 小ネギ かまぼこ ちくわ 青のり
18	金	魚のミンチ揚げ 味のり 拌三絲 かきたま汁	ポテトもち	牛乳	魚ミンチ 人参 玉ねぎ ごぼう ピーマン 豆腐 きゅうり 卵 干しシイタケ 春雨 ロースハム わかめ 果物 じゃが芋 バター
19	土	ナポリタン ウインナー 牛乳	お菓子	果物	ベーコン 人参 玉ねぎ ピーマン しめじ トマト コーン
23	水	白身魚のタルタルソース 切り昆布煮 中華スープ	いちごヨーグルト	お菓子	カラスカレイ きゅうり らっきょ 卵 人参 大豆水煮 高野豆腐 えのき わかめ 豆腐 果物
24	木	冷麺 鶏肝の甘辛煮	黄粉おはぎ	牛乳	きゅうり 卵 ロースハム トマト 人参 玉ねぎ 生姜 果物 黄粉 もち米
25	金	〈誕生会〉月見ハンバーグ サラダ きんぴら 洋風スープ	ショートケーキ	牛乳	合挽 玉ねぎ 人参 きゅうり コーン ごぼう シーチキン ミニトマト ごま 果物
26	土	豚丼 わかめスープ 牛乳	お菓子	果物	豚肉 人参 えのき 小ネギ 玉ねぎ じゃが芋 わかめ
28	月	秋野菜カレー サラダ	手作りラスク	牛乳	鶏肉 人参 しめじ ナス さつま芋 玉ねぎ 南瓜 きゅうり じゃが芋 コーン 果物 食パン
29	火	魚のケチャップ煮 和え物 和風スープ	お好み焼き	牛乳	赤魚 人参 小松菜 キャベツ わかめ 玉ねぎ 麩 小ネギ ちくわ 果物 キャベツ えび いか 揚げ玉 卵
30	水	トンカツ 春雨サラダ 中華スープ	とんがりコーン	牛乳	豚肉 きゅうり 春雨 わかめ 小ネギ 玉ねぎ えのき 卵 果物

※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。

※ご飯がいらぬ日には日付と曜日を■で塗っています。