



令和4年 9月

献立表



勾金保育所

日曜	献立名	おやつ	主な材料
1 木	魚のチリソース もやしのナムル 中華スープ 味のり	ポテトもち 牛乳	赤魚 長ネギ もやし きゅうり 人参 ちくわ ごま 玉ねぎ えのき 味のり 果物 じゃが芋 バター 牛乳
2 金	ジャージャー麺 オクラのから揚げ かきたま汁	黄粉おはぎ 牛乳	豚ミンチ 玉ねぎ 人参 長ネギ きゅうり 卵 乾麺 おくら 卵 小ネギ 果物 黄粉 もち米 牛乳
3 土	焼きそば ウインナー 牛乳	お菓子 果物	豚肉 麺 玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン ウインナー 牛乳 お菓子 果物
5 月	キーマカレー マカロニサラダ	オープンサンド 牛乳	合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン パプリカ マカロニ きゅうり コーン シーチキン 果物 ロールパン 卵 牛乳
6 火	納豆オムレツ ひじきのサラダ トマト じゃが芋のみそ汁	手作りゼリー ヤクルト	納豆 玉ねぎ 人参 卵 ひじき きゅうり コントマト じゃが芋 小ネギ 果物 ゼリーの素 みかん ヤクルト
7 水	魚の南蛮漬け 切干大根煮 わかめのみそ汁 味のり	とんがりコーン 牛乳	赤魚 玉ねぎ ピーマン 人参 パプリカ 切干大根 ごぼう 大豆 ちくわ わかめ 小ネギ 味のり 果物 とんがりコーン 牛乳
8 木	コロッケ 切昆布煮 コンソメスープ	ソフールもも お菓子	合挽ミンチ じゃが芋 人参 玉ねぎ 卵 切昆布 ごぼう 大豆 かまぼこ 果物 ヨーグルト牛乳
9 金	バリバリ焼きそば 鶏肝煮	お月見団子 牛乳	豚肉 麺 キャベツ チンゲン菜 人参 コーン 玉ねぎ かまぼこ 鶏肝 しょうが 果物 白玉粉 団子粉 牛乳
10 土	月見うどん コロコロポテト 牛乳	お菓子 果物	麺 卵 かまぼこ 小ネギ じゃが芋 牛乳 お菓子 果物
12 月	麻婆春雨 焼魚(塩鯖)	ペイクド チーズケーキ 牛乳	豚ミンチ 人参 玉ねぎ しめじ ニラ 春雨 塩鯖 果物 クリームチーズ 卵 ヨーグルト 牛乳
13 火	タンドリーチキン コーンサラダ オニオンスープ	ぶどうゼリー お菓子	手羽元 カレー粉 キャベツ きゅうり 人参 コーン シーチキン 玉ねぎ 果物 ぶどうゼリー お菓子
14 水	魚のミンチ揚げ 拌三絲 和風スープ	手作りプリン ヤクルト	魚のミンチ 人参 玉ねぎ ごぼう ひじき 卵 ピーマン きゅうり しいたけ 春雨 ごま じゃが芋 小ネギ 果物 ヤクルト
15 木	豚肉の生姜焼き 和え物 豆腐のみそ汁 トロックス豆	黄粉ラスク 牛乳	豚肉 生姜 小松菜 人参 きゅうり ちくわ キャベツ 豆腐 玉ねぎ 小ネギ トロックス豆 果物 黄粉 食パン 牛乳
16 金	ぶっかけうどん 芋の天ぷら	ケーキドーナツ 牛乳	麺 きゅうり トマト 卵 さつま芋 果物 ケーキドーナツ 牛乳
17 土	豚丼 漬物 牛乳	お菓子 果物	豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ たくわん 牛乳 お菓子 果物
19 月	敬 老 の 日		
20 火	ハヤシライス ポテトサラダ	ナイススティック 牛乳	牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ じゃが芋 きゅうり コーン シーチキン 果物 ナイススティック 牛乳
21 水	(誕生日会)チキン南蛮 スパサラ 煮物 トマト おふのすまし汁	ケーキ 牛乳	鶏肉 卵 きゅうり らっきょ สปาゲッティ 人参 コーン 厚揚げ トマト おふ 玉ねぎ 小ネギ 果物 ケーキ 牛乳
22 木	鮭のみそ焼き 酢の物 洋風スープ	パウンドケーキ 牛乳	鮭 キャベツ 人参 きゅうり カニカマ もやし トマト 玉ねぎ じゃが芋 果物 バター 卵 小麦粉 牛乳
23 金	秋 分 の 日		
24 土	栗ご飯 漬物 野菜のみそ汁 牛乳	お菓子 果物	栗 米 たくあん 玉ねぎ 人参 キャベツ 牛乳 お菓子 果物
26 月	きのこカレー 野菜サラダ	スイートポテト 牛乳	鶏肉 しめじ えのき えりんぎ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ きゅうり コーン 果物 さつま芋 バター 牛乳
27 火	魚の竜田揚げ おかか和え トマト 大根のみそ汁	マカロニ黄粉 牛乳	赤魚 小松菜 人参 きゅうり ちくわ かつおぶし トマト 大根 玉ねぎ 小ネギ 果物 マカロニ 黄粉 牛乳
28 水	松風焼き きんちゃく卵 わかめのみそ汁	ももゼリー 牛乳	鶏ミンチ 人参 玉ねぎ ピーマン みそ 卵 油揚げ わかめ 小ネギ 果物 ももゼリー 牛乳
29 木	魚のアンGRES みそマヨ和え えのきのスープ	ジャムサンド 牛乳	赤魚 キャベツ 小松菜 人参 きゅうり 卵 カニカマ えのき 玉ねぎ 小ネギ 果物 食パン いちごジャム 牛乳
30 金	冷麺 金時豆煮	わんぱくもち 牛乳	麺 ハム トマト きゅうり 卵 金時豆 果物 米 ちりめん チーズ わかめふりかけ 牛乳

※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。

※ご飯がいない日には日付と曜日を■で塗っています。

※パスタ、カレー類のメニューの時にはスプーン、フォークを持たせてください。

※手作りおやつは赤文字にしています。