

2021年 9月 献立表【幼児食】

* 補食(18:30のおやつ)…野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー

しののめ会 聖星保育園

日付	曜日	朝おやつ		主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ	
		乳児	幼児								
1	水	ウエハース 野菜ジュース	ウエハース 野菜ジュース	さけおにぎり (米、さけ、酒、炊き込みわかめ、小松菜、鶏がら、塩、のり)		豚汁 (豚肩肉、キャベツ、切干大根、にんじん、長ねぎ、じゃが芋、みそ)		りんご	たらこクリームスパゲティ、牛乳 <small>(スパゲティ、たらこ、鶏むね肉、玉ねぎ、ホウトクソウ菜、牛乳、コンソメ、しょう油、オリーブ油、パセリ粉)</small>		
2	木	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦) <small>(鶏もも肉、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、バター、ケチャップ、オイスターソース、中濃ソース、砂糖、カレー粉)</small>	ケチャップチキン	冬瓜の煮物 (冬瓜、油揚げ、しょう油、砂糖)	にんじンドレッシングのサラダ <small>(サニーレタス、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、酢、砂糖、しょう油、にんにく、コンソメ、オリーブ油、カルトン)</small>	コーンスープ <small>(コーンクリーム缶、コーン缶、カサアワー、牛乳、コンソメ)</small>	大学芋、牛乳 (さつまいも、油、しょう油、砂糖、米あめ、酢、塩、ごま)		
3	金	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばのみそ煮 (さば、酒、みそ、砂糖、しょう油、しょうが)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、砂糖、油)	オクラとわかめの酢の物 (オクラ、わかめ、酢、砂糖、塩)	すまし汁 (素麺、小ねぎ、しょう油、塩)	ほうれん草ベーコンブレッド、牛乳		
4	土	チーズ 麦茶	麦茶	豚丼 (米、豚肩肉、玉ねぎ、もやし、酒、しょう油、砂糖、中華あじ、しょうが、にんにく、片栗粉)				スープ <small>(春雨、キャベツ、にんじん、鶏がら)</small>	グレープフルーツ	コーンフレーククッキー、牛乳 <small>(小麦粉、卵、バター、砂糖、コーンフレーク、押麦、干しぶどう)</small>	
6	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらのカレームニエル (さわら、酒、コンソメ、カレー粉、小麦粉、バター)	里芋のマッシュポテト (里芋、コーン缶、コンソメ)	チキンサラダ (レタス、鶏ささみ、チーズ、オリーブ油、塩、バジル粉)	みそ汁 (かぶ、かぶの葉、玉ねぎ、みそ)	ヨーグルトムース、牛乳 <small>(ヨーグルト、生クリーム、牛乳、砂糖、レモン汁、ゼラチン、ビスケット、バター)</small>		
7	火	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	みそだれポーク <small>(豚肩ロース肉、酒、しょうが、にんにく、みそ、ケチャップ、砂糖、みりん、しょう油、オイスターソース、ごま油、ごま)</small>	切り昆布の煮物 (切り昆布、しらたき、しめじ、にんじん、しょう油、砂糖)	蒸しなす (なす、ポン酢、砂糖、削り節)	ワントンスープ (ワントンの皮、もやし、小ねぎ、鶏がら)	キャラメルブレッド、牛乳		
8	水	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれいの煮つけ (かれい、酒、しょう油、砂糖、しょうが)	じゃが芋のたらこ焼き (じゃが芋、いんげん、たらこ、牛乳、鶏がら、塩)	春雨サラダ (春雨、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、しょう油、ごま油)	すまし汁 (ひじき、えのき、しょう油、塩)	豆乳ラーメン、牛乳 <small>(中華麺、かまぼこ、キャベツ、にら、コーン缶、にんにく、しょうが、みそ、鶏がら、バター)</small>		
9	木	にぼし 麦茶	麦茶	ハヤシライス (米、豚肩肉、玉ねぎ、しめじ、にんじん、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、ハヤシルウ、中濃ソース、スキムミルク、しょう油、砂糖)		ほうれん草ののり和え (ほうれん草、もやし、のり、しょう油、砂糖)		オレンジゼリー <small>(オレンジジュース、砂糖、粉寒天)</small>	はちみつケーキ、牛乳 <small>(小麦粉、カッテージチーズ、砂糖、牛乳、油、ベーキングパウダー、はちみつ、バター、バニラエッセンス)</small>		
10	金	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきのピカタ (かじき、酒、小麦粉、卵、コンソメ、油、とんかつソース)	里芋の煮物 (里芋、にんじん、砂糖、しょう油)	マカロニサラダ (マカロニ、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク、塩)	みそ汁 (なめこ、わかめ、みそ)	豚まんお焼き、牛乳		
11	土	胚芽スティック 麦茶	麦茶	担々麺 <small>(中華麺、豚ひき肉、厚揚げ、長ねぎ、しょうが、にんにく、すりごま、練りごま、砂糖、中華あじ、みそ、豆乳、片栗粉)</small>		チンゲン菜の和え物 (チンゲン菜、もやし、にんじん、きくらげ、鶏がら)			梨	ひじきおにぎり、牛乳 (米、ひじき、にんじん、いんげん、しょう油、砂糖、のり)	
13	月	コーンフレーク 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	焼豚 <small>(豚肩ロース肉、しょうが、にんにく、酒、しょう油、オイスターソース、砂糖、ごま油)</small>	キャベツとちくわの炒め物 (キャベツ、ちくわ、にんじん、鶏がら、しょう油、油)	きゅうりの塩昆布和え (きゅうり、塩昆布、昆布茶)	みそ汁 (絹ごし豆腐、長ねぎ、みそ)	お茶漬け、麦茶 (米、さけフレーク、あられ、のり、しょう油、塩)		
14	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばのアクアパッツァ (さば、酒、トマト、オリーブ油、パセリ粉、しょう油、みりん、鶏がら、にんにく)	なすとピーマンのカレー炒め (なす、ピーマン、鶏がら、しょう油、砂糖、カレー粉、バター)	かぼちゃのサラダ (かぼちゃ、ヨーグルト、酢、砂糖、塩)	スープ (ブロッコリー、カリフラワー、コンソメ)	チーズブレッド、牛乳		
15	水	にぼし 麦茶	麦茶	卵あんかけチャーハン (米、卵、かにかまぼこ、ハム、長ねぎ、グリーンピース、鶏がら、しょう油、オイスターソース、塩、片栗粉、ごま油)		もやしのナムル (もやし、小松菜、にんじん、鶏がら、しょう油、ごま)		ミルクゼリー <small>(牛乳、みかん缶、砂糖、粉寒天)</small>	マカロニきな粉、牛乳 (マカロニ、きな粉、砂糖、スキムミルク、塩)		
16	木	ウエハース 麦茶	麦茶	さつまいもごはん (米、さつまいも)	鶏肉の甘酢唐揚げ (鶏もも肉、にんにく、しょうが、しょう油、酒、片栗粉、油、黒酢、黒砂糖)(サニーレタス)	ズッキーニのグリル (ズッキーニ、赤・黄パプリカ、コンソメ)	切干大根のサラダ (切干大根、きゅうり、ツナ缶、卵不使用マヨネーズ、塩)	みそ汁 (キャベツ、にんじん、長ねぎ、みそ)	巨峰 <small>(小麦粉、砂糖、卵、はちみつ、みりん、油、牛乳、ベーキングパウダー)</small>		
17	金	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンの塩焼き (サーモン、酒、塩)	みそポテト (じゃが芋、片栗粉、油、みそ、みりん、砂糖)	白和え <small>(ほうれん草、突きこんにやく、にんじん、もやし、絹ごし豆腐、すりごま、砂糖、しょう油)</small>	すまし汁 (とろろ昆布、えのき、しょう油、塩)	うさぎパン、牛乳		
18	土	胚芽スティック 麦茶	麦茶	ポークストロガノフ (米、豚肩肉、玉ねぎ、しめじ、にんじん、ごぼう、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、生クリーム、中濃ソース、スキムミルク、砂糖、小麦粉、にんにく、パセリ粉)		水菜のサラダ (水菜、コーン缶、酢、みそ、砂糖、しょう油、油)			柿 <small>(小麦粉、卵、砂糖、ドライイースト、バター、牛乳、塩、ざらめ)</small>		
20	月	敬老の日									
21	火	ミレービスケット 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	肉団子 <small>(豚ひき肉、にら、キャベツ、塩、きくらげ、鶏がら、にんにく、しょうが、オイスターソース、片栗粉、しょう油、ごま油、酢、焼売の皮)</small>	がんもの煮物 (がんもどき、にんじん、いんげん、しょう油、砂糖)	さつまいものサラダ (さつまいも、干しぶどう、マヨネーズ、塩)	みそ汁 (麩、ほうれん草、みそ)		バナナブレッド、牛乳	
22	水	にぼし 牛乳	麦茶	天ぷらうどん (うどん、麵つゆ、しょう油、小ねぎ、ちくわ、かぼちゃ、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、青のり、油)		チンゲン菜のおかか和え (チンゲン菜、もやし、にんじん、削り節)			梨	おはぎ、牛乳 (米、もち米、粒あん)	
23	木	秋分の日									
24	金	バナナ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	照り焼きマヨチキン <small>(鶏もも肉、小麦粉、油、酒、しょう油、みりん、砂糖、マヨネーズ、ごま)</small>	青のりポテト (じゃが芋、青のり、塩)	なすの焼き浸し (なす、いんげん、トマト、長ねぎ、麵つゆ、ごま油)	みそ汁 (かぶ、かぶの葉、にんじん、みそ)		ミルククリームパン、牛乳	
25	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	塩焼きそば (中華麺、豚肩肉、キャベツ、もやし、にんじん、玉ねぎ、鶏がら、塩、ごま油)				スープ (水菜、きくらげ、中華あじ)	オレンジ	みそおにぎり、牛乳 (米、みそ、砂糖、みりん)	
27	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	えびクリームライス (米、えび、豚肩肉、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、グリーンピース、シチュールーウ、牛乳、スキムミルク、粉チーズ、鶏がら、しょう油、カレー粉、オイスターソース)		ゆでブロッコリー (ブロッコリー、塩)			りんごゼリー <small>(りんごジュース、砂糖、粉寒天)</small>	卵蒸しパン、牛乳 <small>(小麦粉、卵、砂糖、ベーキングパウダー、練乳、牛乳、油、バニラエッセンス)</small>	
28	火	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かつおのフライ(タルタルソース) (かつお、酒、コンソメ、小麦粉、卵、パン粉、油)(マヨネーズ、ピクルス、練乳、牛乳)	鶏レバーの甘辛煮 (鶏レバー、酒、しょう油、砂糖、みりん、しょうが、にんにく)	フレンチサラダ (サニーレタス、きゅうり、赤・黄パプリカ、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	すまし汁 (里芋、高野豆腐、しょう油、塩)		ナポリタンサンド、牛乳 <small>(ロールパン、スパゲティ、ウインナー、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、コンソメ、粉チーズ、パセリ粉、オリーブ油)</small>	
29	水	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のポン酢煮 (鶏もも肉、酒、ポン酢、黒砂糖、しょうが、にんにく)	かぼちゃのバターじょう油焼き (かぼちゃ、バター、しょう油)	小松菜のごま和え (小松菜、もやし、にんじん、すりごま、砂糖、しょう油)	豆乳みそ汁 (にら、油揚げ、豆乳、みそ、鶏がら)		お好み焼き、牛乳 <small>(小麦粉、ベーキングパウダー、絹ごし豆腐、豚肩肉、ねぎ、キャベツ、とんかつソース、マヨネーズ、削り節、青のり、揚げ玉、油)</small>	
30	木	プルーン 麦茶	麦茶	かじきのトマトソーススパゲティ <small>(スパゲティ、かじき、ベーコン、大豆、トマト缶、玉ねぎ、にんじん、なす、カリフラワー、酒、スキムミルク、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、オリーブ油、バター、にんにく、塩)</small>					バナナ	きのこの炊き込みごはん、牛乳 (米、鶏もも肉、まいたけ、ごぼう、小ねぎ、しょう油、砂糖、酒)	

1日(水)防災の日メニュー 16日(木)9月誕生会 21日(火)お月見メニュー 22日(水)秋のお彼岸

【旬の食材】かぼちゃ、里芋、さつまいも、なす、きのこ類、さけ、かつお、梨、巨峰、柿、りんご…など