

2023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	金	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	シチュー (米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、シチュールウ、牛乳、スキムミルク、鶏がら)		キャベツのマリネ (キャベツ、コーン缶、酢、砂糖、塩、オリーブ油)			バナナ	渋栗あんパン、牛乳	
2	土	チーズ 麦茶	麦茶	ピビンパ井 (米、豚ひき肉、しょう油、砂糖、にんじん、チンゲン菜、もやし、鶏がら、ごま油、塩)		酸辣湯 (卵、木綿豆腐、小ねぎ、きくらげ、酢、しょう油、鶏がら)			オレンジ	ケーキサレ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、ウインナー、キャベツ、コーン缶、牛乳、スキムミルク)</small>	
4	月	胚芽スティック 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	さばのみそ煮 (さば、酒、しょうが、みそ、みりん、砂糖、しょう油)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、みりん、砂糖、ごま、ごま油)	小松菜のおかか和え (小松菜、もやし、かつお節、しょう油、砂糖)	すまし汁 (切干大根、なめこ、しょう油、塩)		豆乳寒天、ウエハース、麦茶 <small>(豆乳、砂糖、粉寒天、黒蜜)(カル鉄ウエハース)</small>	
5	火	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	チリコンカン <small>(豚肩肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、ケチャップ、トマト缶、砂糖、コンソメ、スキムミルク、パセリ粉)</small>	マッシュポテト (じゃが芋、牛乳、鶏がら)	茹でとうもろこし (とうもろこし)	スープ (キャベツ、もずく、鶏がら)		カマンベールチーズブレッド、牛乳	
6	水	干し芋 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンのオニオンソース <small>(サーモン、酒、塩、バジル粉、小麦粉、油、玉ねぎ、しょう油、砂糖、みりん、にんにく)</small>	きのこソテー (しめじ、えのき、切干大根、鶏がら、バター)	ブロッコリーの塩昆布和え (ブロッコリー、塩昆布、しょう油)	みそ汁 (ほうれん草、ねぎ、みそ)		にんじんケーキ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、卵、にんじん、砂糖、油、シナモンパウダー)</small>	
7	木	クラッカー 牛乳	麦茶	冷やしうどん (うどん、レタス、わかめ、コーン缶、しょう油、麺つゆ、塩、かつお節)		鶏のしょうが焼き (鶏もも肉、玉ねぎ、しょう油、みりん、砂糖、しょうが、ごま油)			巨峰	カレーピラフ、牛乳 <small>(米、ハム、にんじん、玉ねぎ、ピーマン、コンソメ、カレー粉)</small>	
8	金	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	擬製豆腐 <small>(木綿豆腐、鶏ひき肉、卵、赤パプリカ、ひじき、いんげん、しょう油、砂糖)</small>	なすのオランダ煮 (なす、油、しょう油、砂糖、みりん)	なめたけ和え (ほうれん草、もやし、なめたけ、塩)	みそ汁 (オクラ、白菜、みそ)		バターソフト、選べるジャム、牛乳 <small>(いちごジャム、マーマレードジャム、ブルーベリージャム)</small>	
9	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ねばねば井 (米、納豆、たくあん、めかぶ、しょう油、かつお節)		ガーリックきゅうり (きゅうり、にんじん、鶏がら、にんにく、オリーブ油)			りんご	さけおにぎり、牛乳 (米、さけフレーク、玉ねぎ、ごま、のり)	
11	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	あじの梅照り焼き (あじ、酒、梅干し、しょう油、みりん、砂糖、しょうが)	もやしとかにかまの炒め物 (もやし、かにかまぼこ、鶏がら、油)	中華風白和え <small>(チンゲン菜、にんじん、えのき、木綿豆腐、しょう油、砂糖、鶏がら、ごま油)</small>	すまし汁 (かぼちゃ、水菜、しょう油、塩)		フルーツヨーグルト、麦茶 <small>(ヨーグルト、黄桃缶、みかん缶、砂糖、コーンフレーク)</small>	
12	火	プルーン 麦茶	麦茶	ガパオライス風 <small>(米、豚ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、赤パプリカ、黄パプリカ、スキムミルク、にんにく、しょう油、砂糖、オイスターソース、ウスターソース)</small>		茹で卵 (卵)	キャベツのチーズ和え (キャベツ、粉チーズ、オリーブ油)	スープ (大根、にんじん、コンソメ)		ウインナーパン、牛乳	
13	水	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	えびとブロッコリーの中華あんかけ <small>(えび、酒、ベーコン、ブロッコリー、キャベツ、にんじん、しょう油、鶏がら、にんにく、オリーブ油、片栗粉)</small>	厚揚げの煮物 (厚揚げ、しょう油、みりん、ごま油)	春雨のみそマヨサラダ (春雨、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク、みそ)	スープ (まいたけ、にら、鶏がら)		納豆チャーハン、牛乳 (米、納豆、小ねぎ、しょう油、ごま油)	
14	木	ミレービスケット 牛乳	麦茶	キャロットライス <small>(米、にんじん、コンソメ、バター、パセリ粉)</small>	鶏の唐揚げ 甘酢だれ (鶏もも肉、ごま油、片栗粉、油、しょう油、砂糖、酢、塩)	さつま芋ロースト (さつま芋、塩、オリーブ油)	もやしのサラダ (もやし、豆苗、レタス、鶏がら、ポン酢)	コーンスープ <small>(コーン缶、クリームコーン缶、豆乳、鶏がら、ウルトン)</small>	オレンジゼリー <small>(オレンジジュース、砂糖、粉寒天)</small>	モンブラン、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、卵、バター、砂糖、マロンペースト、生クリーム、栗の甘露煮)</small>	
15	金	どうぶつビスケット 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	かれいの煮付け (かれい、酒、しょう油、砂糖、みりん、しょうが)	ひじきの煮物 (ひじき、にんじん、ごぼう、しょう油、みりん)	おからのマヨサラダ (おから、ハム、きゅうり、マヨネーズ、スキムミルク、塩)	すまし汁 (里芋、小ねぎ、しょう油、塩)		きな粉クリームサンド、牛乳 (わらペロール、きな粉、砂糖、バター、塩)	
16	土	クラッカー 牛乳	麦茶	ツナとトマトのさっぱりパスタ (スパゲッティ、ツナ缶、トマト、玉ねぎ、レタス、塩昆布、鶏がら、レモン汁、オリーブ油)		かぶのしょう油漬け (かぶ、かぶの葉、しょう油)			梨	おかかチーズおにぎり、牛乳 (米、かつお節、チーズ、しょう油、のり)	
18	月	敬老の日									
19	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	肉じゃが <small>(牛肩肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、いんげん、しらたき、しょう油、みりん、砂糖、酒)</small>	キャベツのバターしょう油 (キャベツ、しめじ、しょう油、鶏がら、バター)	茹で枝豆 (枝豆、塩)	みそ汁 (大根、ごぼう、みそ)		メープルスコーン、牛乳 <small>(小麦粉、バター、砂糖、牛乳、ベーキングパウダー、メープルシロップ)</small>	
20	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ちくわの磯辺揚げ (ちくわ、小麦粉、ベーキングパウダー、青のり、油)	ブロッコリーのカニクリーム煮 <small>(ブロッコリー、かにかまぼこ、玉ねぎ、ホワイトソース、牛乳、コンソメ)</small>	切干大根の梅サラダ (切干大根、にんじん、ゆかりふりかけ、梅干し、しょう油、酢、砂糖)	すまし汁 (高野豆腐、小ねぎ、しょう油、塩)		おはぎ、牛乳 (米、もち米、粒あん)	
21	木	干し芋 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばの塩焼き (さば、酒、塩)	レパールのケチャップ炒め <small>(鶏レバー、にんじん、にら、ケチャップ、しょう油、砂糖、酒、しょうが、にんにく)</small>	小松菜のおろし和え (小松菜、もやし、大根、しょう油、砂糖、かつお節)	みそ汁 (かぼちゃ、玉ねぎ、みそ)		焼きそば、牛乳 <small>(中華麺、豚肩肉、キャベツ、にんじん、赤パプリカ、鶏がら、しょう油、中濃ソース)</small>	
22	金	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	シュウマイ <small>(豚ひき肉、玉ねぎ、しょう油、砂糖、酒、片栗粉、ごま油、グリーンピース、シュウマイの皮、ポン酢)</small>	チンゲン菜の煮浸し (チンゲン菜、油揚げ、麺つゆ)	里芋のオイマヨサラダ (里芋、にんじん、マヨネーズ、スキムミルク、オイスターソース)	スープ (エリンギ、ブロッコリー、鶏がら)		スペシャルレーズンブレッド、牛乳	
23	土	秋分の日									
25	月	プルーン 麦茶	麦茶	ポロネーゼ (スパゲッティ、牛ひき肉、大豆、玉ねぎ、なす、トマト缶、ケチャップ、生クリーム、スキムミルク、コンソメ、砂糖、にんにく、オリーブ油)		にんじんと白菜のラペ (にんじん、白菜、レーズン、レモン汁、砂糖、塩、油)			柿	ベーコンの炊き込みごはん、牛乳 (米、ベーコン、にんじん、えのき、鶏がら、バター、のり)	
26	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンのポン酢煮 (サーモン、酒、大根、ポン酢、砂糖、しょうが、小ねぎ)	切り昆布のソテー (切り昆布、にんじん、玉ねぎ、鶏がら、ごま油)	ほうれん草のごま和え (ほうれん草、しめじ、コーン缶、ねりごま、しょう油、砂糖)	みそ汁 (じゃが芋、みつば、みそ)		ごぼうサラダパン、牛乳	
27	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かに玉 (卵、ねぎ、かにかまぼこ、鶏がら、スキムミルク、しょう油、みりん、片栗粉)	里芋のみそ煮 (里芋、玉ねぎ、みそ、しょう油、酒、しょうが)	もずく酢 (もずく、もやし、酢、砂糖、しょう油、塩)	スープ (赤パプリカ、チンゲン菜、鶏がら)		ゆかりクッキー、牛乳 (小麦粉、砂糖、ゆかりふりかけ、バター)	
28	木	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	ごはん (米、押麦)	鶏肉のマーマレード煮 (鶏もも肉、マーマレードジャム、しょう油、みりん、酒)	にんじんのたらこ炒り (にんじん、しらたき、たらこ、鶏がら、油)	ビーンズサラダ (大豆、ミックスビーンズ、きゅうり、マヨネーズ、スキムミルク)	スープ (春雨、わかめ、鶏がら、しょうが)		お月見みたらしスイートポテト、牛乳 (さつま芋、牛乳、バター、しょう油、みりん、砂糖、片栗粉)	
29	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶりの照り焼き (ぶり、しょう油、砂糖、みりん、酒、しょうが)	牛肉とトマトのオイスター炒め <small>(牛肩肉、酒、トマト、ブロッコリー、しょう油、鶏がら、オイスターソース、にんにく)</small>	ゆず大根 (大根、ゆず、酢、砂糖、塩)	豆乳みそ汁 (桜えび、ほうれん草、みそ、豆乳)		うさぎパン、牛乳	
30	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ウインナーカレーソテー井 (米、ウインナー、玉ねぎ、ほうれん草、もやし、鶏がら、カレー粉、油)		いんげんの和え物 (いんげん、にんじん、しょう油、砂糖)		スープ (さつま芋、エリンギ、コンソメ)		麩のラスク、牛乳 (麩、バター、グラニュー糖)	

14日(木)誕生会 20日(水)秋のお彼岸 28日(木)お月見メニュー
旬の食材…かぼちゃ、里芋、さつま芋、なす、きのこ類、さけ、梨、巨峰、柿、りんご…など

|

|

|

|

|