

2018年 9月

## 予定献立表

月	火	水	木	金	土
					1 かたバーズジュース 甘酢モズク キャベツの味噌汁 果物  やきいも 保育園ミルク
3 キッズビビンバ わかめスープ(江戸・わかめ) 果物  ちんすこう 保育園ミルク 糸きりわかめ	4 胚芽ご飯 魚のごまダレ焼き ウンチエーの中華炒め シジと江戸の味噌汁  冷しぜんざい 果物	5 胚芽ご飯 麻婆豆腐 バンバンジーサラダ ポテトスープ  固形ヨーグルト クラッカー 保育園ミルク	6 胚芽ご飯 魚の有馬焼き 大根と鶏の炒め煮 小松菜と油揚げの味噌汁  ゴーヤ入スコーン むぎちゃ	7 胚芽ロール 鶏の塩こうじ焼 キャベツサラダ 南瓜のポタージュ  くふあじゅーレー むぎちゃ	8 焼きそば とろろ昆布汁 りんごサラダ  アンパンマンせんべい 保育園ミルク 果物
10 タコライス マッシュポテト ちくわの清まし汁 果物  さつまいもボーロ 保育園ミルク ブルー	11 夏野菜カレー モーウィサラダ 型抜きチーズ  フルーツ白玉 味付けいりこ むぎちゃ	12 胚芽ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き カボチャサラダ レタスの味噌汁  シリアル 保育園ミルク 果物	13 納豆ご飯 くーぶいりちー 冬瓜と人参の味噌汁 果物  たかはしもち むぎちゃ	14 なすのミートスパゲティ ヒジキとモヤシのサラダ アサ汁 果物  おにぎり(ツナみそ) むぎちゃ	15 さかなそぼろご飯 パイヤ炒め 高野豆腐の清し汁  五穀かりんとう 保育園ミルク 果物
17	18 もずく丼 トマトとおくらの酢醤油和え 豚汁 果物  丸ぼうろ 保育園ミルク 味付けいりこ	19 胚芽ご飯 魚の甘酢あんかけ 春雨ナムル(もやし) 野菜スープ  人参ロールパン 保育園ミルク 型抜きチーズ	20 おべんとう   リンゴケーキ 保育園ミルク 果物	21 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト  鮭おにぎり むぎちゃ	22 胚芽ご飯 鶏のレトロ風味焼 コーンとキャベツのサラダ 麩とモヤシの味噌汁  鉄ゼリー 味付けいりこ 保育園ミルク
24	25 胚芽ご飯 豚肉の生姜焼 切干大根サラダ 豆苗スープ  じゃこトースト 保育園ミルク	26 胚芽ご飯 揚げ豆腐 五目きんぴら炒め そうめん汁  ココアスティック 保育園ミルク 果物	27 胚芽ご飯 鯖の味噌煮 人参しりしりー えのきと青梗菜の清まし汁  もずくのひらやちー むぎちゃ	28 胚芽ご飯 豆腐ハンバーグ 江戸の味噌汁 胡瓜とわかめの酢の物 果物  ロールパン(40g) 保育園ミルク 味付けいりこ	29 鮭じゃこご飯 ゆし豆腐 きのこ炒め  はと麦おこし 保育園ミルク 糸きりわかめ

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2018年 9月

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	土	豚肩ロース 沖縄豆腐 ちくわ みそ 保育園ミルク	精白米 本みりん 三温糖 焼き芋	カガバ 人参 干椎茸 もずく 胡瓜 キャベツ 果物
2	日			
3	月	豚挽肉 鶏挽肉 卵 絹ごし豆腐 保育園ミルク	精白米 油 三温糖 ごま油 薄力粉	長ねぎ 生姜 にんにく もやし 人参 小松菜 ミトマ 乾燥わかめ えのき ねぎ 糸きりわかめ 果物
4	火	柿 みそ	胚芽米 米粒麦 もちきび 薄力粉 油 三温糖 本みりん すり胡麻 春雨 ごま油 片栗粉 金時豆 黒砂糖 白玉粉 押麦	カチー 人参 もやし キャベツ にんにく 長ねぎ 干椎茸 しめじ えのき ねぎ 果物
5	水	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ 卵 固形ヨーグルト 保育園ミルク	胚芽米 米粒麦 もちきび ごま油 三温糖 片栗粉 ねりごま 本みりん じゃがいも 片栗粉 ルイッ クワッ カッ	長ねぎ 人参 生姜 にんにく キャベツ 胡瓜 トマト 玉葱 バレ
6	木	鯖 鶏肉 油揚げ 味噌 卵	胚芽米 米粒麦 もちきび 本みりん ごま油 三温糖 薄力粉 生クリーム 無塩バター グラニュー糖 油	生姜 にんにく 大根 人参 こんにゃく むぎ枝豆 小松菜 パパ ジャー
7	金	鶏肉 普通牛乳 豚肉	胚芽ロール 薄力粉 油 オリーブ油 三温糖 精白米 有塩バター 生クリーム 本みりん	キャベツ コーン 人参 セリー 西洋南瓜 玉葱 干椎茸 じゃがいも ねぎ
8	土	豚肉 保育園ミルク	ゆで中華麺 油 おつゆ麩 三温糖 油 甘辛せんべい	人参 キャベツ 玉葱 ビーツ 青のり とろろ昆布 みつ葉 りんご 胡瓜 レーズン 果汁 果物
9	日			
10	月	合挽肉 フォルマージン 普通牛乳 ちくわ 保育園ミルク	精白米 油 じゃがいも 有塩バター さつまいもポーロ	玉葱 キャベツ トマト バレ しめじ ねぎ フルーツ 果物
11	火	豚肉 卵 型抜きチーズ 味付けいりこ	胚芽米 米粒麦 もちきび 油 じゃがいも 薄力粉 有塩バター カラフルボール 上白糖	人参 玉葱 人参 茄子 日本南瓜 モーウィ 胡瓜 人参 パパ ミツ バイ 黄桃
12	水	鯖 みそ 卵 かつお節 保育園ミルク	胚芽米 米粒麦 もちきび 三温糖 オリーブ油 マカロニ マネー シスコーン (プレーン)	キャベツ 人参 西洋南瓜 胡瓜 レーズン えのき 果物
13	木	挽きわり納豆 豚肩ロース みそ きな粉	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 さつまいも もちこ むぎ粉 黒砂糖	刻み昆布 干椎茸 こんにゃく 人参 コーン 冬瓜 ねぎ 果物
14	金	合挽肉 豚肉 卵 絹ごし豆腐 米味噌	スパゲッティ(乾) 油 オリーブ油 三温糖 ごま油 精白米	茄子 人参 玉葱 にんにく トマト ビューレ 干しひじき もやし キャベツ アーサ (乾) ねぎ 焼きのり 果物
15	土	鯖 鶏肉 凍り豆腐 保育園ミルク	精白米 ごま油 三温糖 油 五穀かりんとう	人参 じゃがいも みつば 生姜 パパ 干切り 玉葱 ビーツ えのき ねぎ 果物
16	日			
17	月			
18	火	豚挽肉 卵 卵 豚肩肉 みそ 保育園ミルク 味付けいりこ	精白米 ごま油 三温糖 じゃがいも 丸ぼうろ	もずく ビーツ 人参 生姜 トマト 卵 じゃがいも 干椎茸 こんにゃく ねぎ 果物
19	水	柿 保育園ミルク 型抜きチーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 片栗粉 油 三温糖 緑豆春雨 ごま油 人参ロールパン	玉葱 人参 もやし 胡瓜 コーン バレ
20	木	普通牛乳 卵 保育園ミルク	薄力粉 三温糖 油	りんご レーズン 果物
21	金	ソーキ かまぼこ 沖縄豆腐 卵 固形ヨーグルト 鯖	沖縄そば 本みりん 三温糖 精白米 油	昆布(乾) 玉葱 ねぎ 胡瓜 小松菜 人参 かつ菜
22	土	鶏肉 みそ 味付けいりこ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 オリーブ油 おつゆ麩 鉄ゼリー	レズ コーン 胡瓜 キャベツ 人参 カットわかめ もやし
23	日			
24	月			
25	火	豚肩ロース(脂身無) 卵 卵 卵 ビーズ用チーズ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 三温糖 油 白ごま フラッパン マネー	生姜 切り干し大根 胡瓜 人参 トウモロコシ しめじ
26	水	沖縄豆腐 卵 すり身 豚肉(脂身無) 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 三温糖 ごま油 そうめん(乾) カル鉄スティック	人参 コーン じゃがいも こんにゃく 干椎茸 しめじ みつ葉 果物
27	木	鯖 赤味噌(米) 卵 かつお節 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 本みりん 油 薄力粉	生姜 人参 ビーツ 玉葱 えのき かつ菜 もずく コーン
28	金	鶏挽肉 沖縄豆腐 普通牛乳 卵 油揚げ 久米島味噌(米甘みそ) 卵 保育園ミルク 味付けいりこ (SAWA)	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 本みりん 三温糖 卵	玉葱 人参 胡瓜 トマト 乾燥わかめ 果物
29	土	鯖 卵 ゆし豆腐 米味噌(甘みそ) 豚肉(赤肉) 保育園ミルク	精白米 有塩バター おこし	ねぎ しめじ ましたけ 人参 玉葱 コーン にんにく 糸きりわかめ
30	日			

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。