



# 献立予定表

日	曜	献立名	献立材料	おやつ
2	月	バターロールパン コロケ、トマト タルタル和え、スープ	バターロールパン、鶏肉、トマト、卵、ツナ、キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、人参、マヨネーズ、青梗菜、もやし、しめじ、コンソメ	ヨーグルト 源氏パイ お茶
3	火	ご飯 海老しゅうまい ひじき煮、沢煮椀	米、(冷)海老しゅうまい、ひじき、大豆水煮、さつま揚げ、白滝、人参、いんげん、豚肉、大根、小松菜、椎茸、ごぼう	★大学芋 牛乳
4	水	<b>おにぎりの日</b> かに玉 ごま和え、茄子のみそ汁	鶏肉、生姜、片栗粉、卵、マヨネーズ、パセリ、ちくわ、もやし、ほうれん草、人参、すりごま、あげ、茄子、玉ねぎ、みそ	★ジャムサンド 牛乳
5	木	ご飯 厚揚げの肉あんかけ 野菜の和え物、みそ汁	米、豆腐、豚肉、人参、いんげん、かにかま、もやし、きゅうり、ごま油、豚肉、キャベツ、えのき茸、みそ	★きなこマカロニ 牛乳
6	金	ポークカレー グリーンサラダ ゼリー	米、豚肉、人参、じゃが芋、玉ねぎ、りんご、ケチャップ、カレー、ハム、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、コーン、ゼリー	せんべい ヤクルト
7	土	肉わかめうどん 梨	うどん、豚肉、人参、玉ねぎ、小松菜、わかめ、ねぎ、あげ、かまぼこ、梨	お菓子 ヤクルト
9	月	ご飯 玉子焼き ポテトサラダ、鶏ごぼう汁	米、卵、かにかま、ねぎ、じゃが芋、きゅうり、人参、ハム、マヨネーズ、鶏肉、ごぼう、豆腐	チーズ蒸しパン 牛乳
10	火	ミルクロールパン 白身魚のトマトソース パスタサラダ、スープ	ミルクロールパン、白身魚、トマト、ケチャップ、コンソメ、ハム、スパゲティ、キャベツ、きゅうり、パプリカ、マヨネーズ、鶏肉、小松菜、玉ねぎ、人参、コーン	★リッツピザ 牛乳
11	水	<b>おにぎりの日</b> 魚のみりん焼き 大根サラダ、みそ汁、梨	赤魚、生姜、ちくわ、切り干し大根、きゅうり、きゅうり、人参、ごま油、ごま、豆腐、小松菜、えのき茸、みそ、梨	ヨーグルト せんべい お茶
12	木	コッペパン メンチカツ、野菜ソテー 冬瓜のスープ	コッペパン、(冷)メンチカツ、ソース、キャベツ、玉ねぎ、人参、しめじ、コーン、鶏肉、冬瓜、青梗菜、コンソメ	★フルーチェ ウエハース お茶
13	金	食パン(苺ジャム) 白身魚のごま衣揚げ おかか和え、大根スープ	食パン、苺ジャム、白身魚、小麦粉、ごま、きゅうり、ブロッコリー、玉ねぎ、人参、マヨネーズ、鰹節、鶏肉、片栗粉、大根、キャベツ、コンソメ	スティックチーズ せんべい お茶
14	土	野菜ラーメン ゼリー	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、もやし、たけのこ、なると、ねぎ、大蒜、生姜、中華スープ、ゼリー	お菓子 ヤクルト
17	火	バターロールパン お月見ハンバーグ サラダ、スープ	バターロールパン、合いびき肉、豆腐、玉ねぎ、卵、牛乳、パン粉、ケチャップ、ソース、チーズ、ハム、蓮根、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ、ベーコン、コーン、牛乳、コンソメ、パセリ	★豆乳くずもち 牛乳

★は手作りおやつです。



小丸山認定こども園

日	曜	献立名	献立材料	おやつ
18	水	<b>おにぎりの日</b> さばのみそ煮 野菜炒め、澄まし汁	さば、生姜、みそ、ウインナー、キャベツ、玉ねぎ、もやし、人参、ピーマン、じゃが芋、えのき茸、ねぎ、わかめ	バナナ ビスケット 牛乳
19	木	ミルクロールパン 鶏のから揚げ、添え野菜 クリームシチュー	ミルクロールパン、鶏肉、生姜、大蒜、片栗粉、じゃが芋、人参、ブロッコリー、鶏肉、しめじ、牛乳、シチューールウ、パセリ	★ラスク 牛乳
20	金	ご飯 豆腐のまさご揚げ ゆかり和え、けんちん汁	米、豆腐、ツナ、ひじき、人参、玉ねぎ、コンソメ、片栗粉、ちくわ、キャベツ、きゅうり、ゆかり粉、豚肉、里芋、大根、ごぼう、ねぎ	バウムクーヘン ヤクルト
21	土	五目うどん ヨーグルト	うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草、ねぎ、あげ、なると、ヨーグルト	お菓子 ヤクルト
24	火	ご飯 コロッケ 春雨サラダ、かきたま汁	米、じゃが芋、玉ねぎ、牛肉、小麦粉、パン粉、ソース、春雨、ハム、きゅうり、もやし、ごま油、卵、豆腐、ほうれん草、椎茸、人参	プリン お茶
25	水	<b>おにぎりの日</b> 魚のみそマヨ焼き 切り干し大根煮、澄まし汁	カレイ、マヨネーズ、みそ、切り干し大根、人参、さつまあげ、豆腐、青梗菜、えのき茸	★ウインナー蒸しパン 牛乳
26	木	ご飯 肉じゃが 納豆和え、みそ汁	米、じゃが芋、豚肉、人参、玉ねぎ、白滝、いんげん、ひきわり納豆、しらす、ほうれん草、ごま、海苔、麩、玉ねぎ、キャベツ、みそ	ヨーグルト ビスケット お茶
27	金	サンドパン デミグラスハンバーグ サラダ、わかめスープ	食パン、ホイップクリーム、合いびき肉、玉ねぎ、人参、パン粉、コンソメ、レタス、きゅうり、コーン、かにかま、わかめ、豆腐、えのき茸、ねぎ、中華スープ	せんべい ヤクルト
28	土	ソース焼きそば バナナ	中華麺、豚肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、もやし、ソース、バナナ	お菓子 ヤクルト
30	月	ご飯 肉豆腐 甘酢和え、じゃが芋のみそ汁	米、牛肉、豆腐、玉ねぎ、人参、白滝、えのき茸、ねぎ、かにかま、もやし、きゅうり、みかん缶詰、わかめ、あげ、じゃが芋、小松菜、みそ	★マシュマロサンド 牛乳

\* 使用頻度が高い調味料は省略しています。(食塩、胡椒、醤油、砂糖、酢、サラダ油、昆布、鰹、煮干だし)

\* 9月献立の平均栄養素(以上児)・・・たんぱく質23g、脂質18.9g、塩分2g、エネルギー554kcal

(未満児)・・・たんぱく質18.4g、脂質15g、塩分1.6g、エネルギー443kcal

\* 行事等により献立が変更することがあります。

\* 毎週水曜日は「おにぎりの日」です。

※ おにぎりの具材は傷みやすい食材(ハム、チーズ等)は避け、梅干か紫蘇にしてください。

