

< 保育献立 >

9月 対象	午前おやつ 0、1、2歳児	主 菜 全 員	副 菜 全 員	スープ 全 員	9月 対象	デザート 全 員	主 食 全 員	主な離乳食 0歳児	午後おやつ 全員・放課後	夕方おやつ 延長保育児
1	木 ヨーグルト アパマンビス	白菜と豚肉のうま煮	かにかまサラダ	オクラの味噌汁	1	木 梨	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 ミニパン	牛乳 まがりせんべい
2	金 牛乳 卵ボーロ	うなぎごはん	ブロッコリーの青しそドレ	かまぼこのすまし汁	2	金 パナナ	ごはん	白身魚煮	牛乳 手作りおやつ	牛乳 ホームパイ
3	土 ヨーグルト 白い風船	ちゃんぽん	ちりめんサラダ		3	土 フルーツカクテル缶		鶏ミンチ煮	牛乳 おにぎりせんべい	牛乳 おかし
4	日				4	日				
5	月 牛乳 動物ビスケット	鶏肉の三味焼き	昆布とちくわの炒り煮	小松菜の味噌汁	5	月 りんご	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 マカロニのあべかわ	牛乳 カントリーマーム
6	火 ヨーグルト リッツ	サバの味噌煮	ほうれん草とベーコンのソテー	えのきの味噌汁	6	火 オレンジ	ごはん	白身魚煮	牛乳 芋かりんとう	牛乳 ムーンライト
7	水 牛乳 マンビス	からあげ	豆サラダ	もずくスープ	7	水 桃ゼリー	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 クロワッサン	牛乳 ぼたぼた焼き
8	木 牛乳 きなこせんべい	さわらの野菜あんかけ	高野豆腐の卵とじ	けんちん汁	8	木 梨	ごはん	白身魚煮	牛乳 ウインナーケーキ	牛乳 マリー
9	金 ヨーグルト ウエハース	根菜カレー	コーンマヨサラダ		9	金 パナナ	ごはん	鶏ミンチ煮	十五夜ゼリー ホームパイ	牛乳 ハッピーターン
10	土 牛乳 卵ボーロ	ポトフ	キャベツとツナのサラダ		10	土 みかん缶	ランチパン	鶏ミンチ煮	牛乳 スイートポテト	牛乳 おかし
11	日				11	日				
12	月 牛乳 リッツ	しいらの洋風焼き	鶏肉とひじきの炒り煮	なめこ汁	12	月 パナナ	ごはん	白身魚煮	牛乳 お好み焼き	牛乳 白いふうせん
13	火 牛乳 アパマンビス	肉じゃが	ハムと胡瓜の中華和え	星のこスープ	13	火 りんご	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 チキンナゲット	牛乳 源氏パイ
14	水 ヨーグルト 白い風船				14	水		白身魚煮	牛乳 ミニパン	牛乳 まがりせんべい
15	木 牛乳 動物ビス	鶏肉のオーロラ焼き	じゃがいもチーズ煮	キャベツの味噌汁	15	木 オレンジ	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 練乳蒸しパン	牛乳 カントリーマーム
16	金 ヨーグルト マンビス	ニベのアップルソース	スバゲティサラダ	ぶたごぼうじる	16	金 パイナップル	ごはん	白身魚煮	アイス リッツ	牛乳 マリー
17	土 牛乳 きなこせんべい	うどん	ブロッコリーのサラダ		17	土 青りんごゼリー		鶏ミンチ煮	牛乳 ムーンライト	牛乳 おかし
18	日				18	日				
19	月				19	月				
20	火 牛乳 ウエハース	磯辺白身フライ	ポパイスバゲティ 卵焼き	シーチキンサラダ しゅうまい	20	火 黄桃缶	鮭とわかめのふりかけおにぎり	白身魚煮	牛乳 ミニパン	牛乳 カントリーマーム
21	水 牛乳 アパマンビス	さわらの南蛮漬け	ポークビーンズ	もやしの味噌汁	21	水 パイナップル	ごはん	白身魚煮	牛乳 パナナ	牛乳 チョイスビス
22	木 ヨーグルト 卵ボーロ	豚肉のべっこう煮	フルーツサラダ	厚揚げの味噌汁	22	木 りんご	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 クッキー	牛乳 ハッピーターン
23	金				23	金				
24	土 ヨーグルト 動物ビス	牛丼	シーザーサラダ		24	土 みかん缶	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 パームクーヘン	牛乳 おかし
25	日				25	日				
26	月 牛乳 きなこせんべい	マーボー豆腐	ササミ胡瓜サラダ	キャベツスープ	26	月 オレンジ	ごはん	鶏ミンチ煮	ヨーグルト 星たべよ	牛乳 ぼたぼた焼き
27	火 牛乳 白い風船	サバの塩焼き	レパールの甘辛煮	茄子の味噌汁	27	火 フルーツカクテル缶	ごはん	白身魚煮	牛乳 ココアケーキ	牛乳 マリー
28	水 ヨーグルト リッツ	チキン南蛮	和風サラダ	南瓜の味噌汁	28	水 パナナ	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 ミニパン	牛乳 チョイスビス
29	木 牛乳 マンビス	鯖のカレーマヨ焼き	金平ごぼう	マカロニスープ	29	木 パイナップル	ごはん	白身魚煮	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 カントリーマーム
30	金 牛乳 ウエハース	生姜焼き	ひよこ豆のサラダ	中華スープ	30	金 りんご	ごはん	鶏ミンチ煮	フルーチェ ミニサラダ	牛乳 マリー

< 介護献立 >

◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆

9月 対象	主 菜 全 員	副 菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	主 食 全 員
1	木 いわしの梅煮	納豆	たくあん	もやしの味噌汁	御飯
2	金 五目豆	ブロッコリーのおかか和え	つぼ漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
3	土 さんま	高野豆腐とエビの卵とじ	高菜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
4	日 がんもの煮物	金平ごぼう	桜漬け	もやしの味噌汁	御飯
5	月 納豆	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	白菜漬け	人参の味噌汁	御飯
6	火 ししゃも	ひじきの炒り煮	胡瓜漬け	小松菜の味噌汁	御飯
7	水 南瓜の煮物	豆腐とほうれん草の卵とじ	たくあん	キャベツの味噌汁	御飯
8	木 いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	つぼ漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
9	金 豆腐の卵とじ	さんま生姜煮	しば漬け	えのきの味噌汁	御飯
10	土 お魚とひじきの豆腐よせ	カリフラワーの金平	野沢菜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
11	日 五目豆	ほうれん草しゅうまい	つぼ漬け	大根葉の味噌汁	御飯
12	月 ペンネサラダ	ソテー	りんごジャム	コンソメスープ	食パン
13	火 高野豆腐とエビの卵とじ	キャベツの塩昆布和え	胡瓜漬け	じゃがいもの味噌汁	御飯
14	水 塩サバ	白和え	つぼ漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
15	木 さんま生姜煮	五目豆	茄子漬け	小松菜の味噌汁	御飯
16	金 揚げ茄子の鶏ミンチ煮	キャベツの塩昆布和え	梅干し	油揚げの味噌汁	御飯
17	土 金平ごぼう	あじと野菜の豆乳よせ	胡瓜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
18	日 オムレツ	ソテー	チョコジャム	南瓜スープ	ロールパン
19	月 ししゃも	切り干し大根の煮物	野沢菜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
20	火 ひじきの炒り煮	納豆	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
21	水 豆腐とほうれん草の卵とじ	南瓜シューマイ	梅干し	豆腐の味噌汁	御飯
22	木 ししゃも	ブロッコリーのおかか和え	桜漬け	人参の味噌汁	御飯
23	金 がんもの煮物	きんぴらごぼう	胡瓜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
24	土 鮭の卵とじ	シューマイ	しば漬け	えのきの味噌汁	御飯
25	日 オムレツ	ソテー	イチゴジャム	野菜スープ	ロールパン
26	月 さんま生姜煮	五目豆	野沢菜漬け	小松菜の味噌汁	御飯
27	火 シューマイ	カリフラワーの金平	茄子漬け	油揚げの味噌汁	御飯
28	水 がんもの煮物	ひじきの炒り煮	桜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
29	木 揚げ茄子の鶏ミンチ煮	春雨サラダ	白菜漬け	なめこの味噌汁	御飯
30	金 南瓜の煮物	納豆	たくあん	ほうれん草の味噌汁	御飯

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

9月 対象	主 菜 全 員	副菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	デザート 全 員	主 食 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1	木 鯖の味噌焼き	ブロッコリーとアーモンドのサラダ	いかと大根の煮物 たくあん	きのこの味噌汁	黄桃缶	御飯	バームクーヘン
2	金 回鍋肉	オクラの胡麻和え	トマトとチーズサラダ 桜漬け	呉汁	バナナ	御飯	あんパン
3	土 ビビンバ丼	ちゅるめんサラダ	奈良漬け	もずくスープ	プリン	御飯	カステラ
4	日 鶏肉と里芋の煮物	カリフラワーのポン酢和え	南瓜の落とし揚げ しば漬け	すまし汁	洋梨缶	御飯	さつまいもと栗のタルト
5	月 鮭のねぎたれ	ごまドレサラダ	ピーマン炒め 茄子漬け	白菜の味噌汁	パイナップル	御飯	ハッピーターン 甘栗
6	火 牛肉のオイスターソース炒め	トマトサラダ	冬瓜の煮物 昆布佃煮	大根とベーコンのスープ	みかん缶	御飯	きなこ蒸しパン
7	水 とんかつ	おろし和え	野菜炒め みそ漬け	ポトフ	バナナ	御飯	コアラのマーチ 苺カステラ
8	木 鮭のバター醤油焼き	ハムともやしの中華和え	がんもの煮物 桜付け	ソーセージスープ	オレンジ	麦御飯	ロールケーキ
9	金 鶏肉のネギ味噌焼き	大根とシーチキンのサラダ	大豆煮 沢庵	レタススープ	りんご	御飯	メロンパン
10	土 ナポリタン	洋風卵焼き		コンソメスープ	ヨーグルト		おにぎりせんべい・カトリマム
11	日 ぶりの照り焼き	もやしの酢の物	つくねボール 高菜漬け	さつまいもの味噌汁	黄桃缶	御飯	チョコパイ
12	月 しいらのおろし煮	じゃがいものチーズ煮	もずく酢 白菜漬け	わかめの味噌汁	パイナップル	御飯	星食べよ 黒糖
13	火 貝だくさんそば	かき揚げ			ようかん		焼きおにぎり
14	水 ポークケチャップ	大根梅おほか和え	かぼちの卵とじ さくら漬け	なめこのスープ	バナナ	御飯	フルーツヨーグルト
15	木 牛肉の甘辛煮	ミートスパ	セロリの酢の物 甘酢生姜	呉汁	梨	御飯	誕生日ケーキ
16	金 磯辺フライ	野菜胡麻マヨサラダ	昆布と竹輪の炒り煮 野沢菜漬け	大根の味噌汁	パイナップル	御飯	きなこドーナツ
17	土 カレーライス	フルーツサラダ	らっきょ 福神漬け		バナナ	御飯	大判焼き
18	日 豚肉のキムチ炒め	ほうれんそうソテー	ふんわり花形豆腐 沢庵	ポテトオニオンスープ	黄桃缶	御飯	豆乳ドーナツ
19	月 すき焼風	りんごサラダ	レンコン炒め煮 つば漬け	厚揚げの味噌汁	みかん缶	御飯	キャラットケーキ
20	火 白身魚のチリソース	かぼちとちくわのカレー炒め	きのこの酢の物 沢庵	春雨スープ	パイナップル	御飯	どら焼き・星たべよ
21	水 ちゃんぽん	餃子			みかん缶	御飯	フライドポテト 牛乳
22	木 鯖の磯辺焼き	切り干し大根とひじきのサラダ	ズッキーニ炒め物 白菜漬け	キャベツの味噌汁	りんご	御飯	フルーツポンチ
23	金 ポークジンジャー	ツナコーンサラダ	菜の花と人参の辛し和え 野沢菜漬け	豆乳スープ	黄桃缶	御飯	メロンパン
24	土 親子丼	ブロッコリーのツナマヨ	高菜漬け	中華スープ	青りんごゼリー	御飯	カスタードケーキ
25	日 にべのゆかり焼き	ごまドレサラダ	豆腐チキンボール 沢庵	じゃがいもの味噌汁	フルーツミックス	御飯	紫芋まんじゅう
26	月 マーボー茄子	トマトのマリネ	ほうれん草とウインナー炒め 奈良漬	のっぺい汁	バナナ	御飯	ワッフル
27	火 鯖の味噌煮	シークワーサードレサラダ	大豆とじゃこの甘辛煮 昆布佃煮	白菜とかまぼこのスープ	りんご	御飯	桃饅頭
28	水 しょうが焼き	マカロニサラダ	里芋のそぼろ煮 高菜漬け	コンソメスープ	黄桃缶	御飯	抹茶と甘納豆蒸しパン
29	木 鶏肉の照り焼き	もやしの酢の物	かぼちのサラダ 梅干し	とろろ昆布汁	フルーツカクテル	御飯	ミニサラダ パウム
30	金 白身魚フライ	オクラともずくの梅肉和え	スパ炒め しば漬け	青さの味噌汁	バナナ	御飯	ジャムパン

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

9月	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	デザート	主 食
対象	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)
1	木 南瓜コロッケ	青しそサラダ	さつま揚げの煮物	白菜スープ	オレンジ	じゃこゆかりごはん 奈良漬け
2	金 鶏肉のBBQ風	もやしの味噌ﾊﾞﾀｰｺｰﾝ	なます	卵スープ	りんご	御飯 しば漬け
3	土 鯖の梅おかか焼き	青梗菜のひき肉炒め	白和え	しめじの味噌汁	バナナ	御飯 胡瓜漬け
4	日 お魚豆腐おろし煮	ささみのマヨ和え	卵焼き	南瓜の味噌汁	甘夏みかん	御飯 高菜漬け
5	月 ミートﾌﾞ	コールスロー	厚揚げの卵とじ	マカロニスープ	コーヒーゼリー	御飯 昆布佃煮
6	火 鯖の胡麻味噌焼き	豆サラダ	ほうれん草の胡麻和え	けんちん汁	パイナップル	炊き込みご飯 野沢菜漬け
7	水 タンドリーチキン	胡瓜とコーンのサラダ	千切り大根の洋風煮	オクラの味噌汁	りんご	御飯 桜漬け
8	木 肉じゃが	西京味噌ﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰあんかけ	ごま味噌汁	バナナ	御飯 高菜漬け
9	金 ニベのアップルソース	ビーフンサラダ	金平ごぼろ	油揚げの味噌汁	ピーチゼリー	御飯 奈良漬け
10	土 鯖の青しそ焼き	チーズサラダ	春菊のおひたし	肉団子スープ	十五夜まんじゅ	麦御飯 梅干し
11	日 肉団子の中華風きのこソース	青梗菜と厚揚げの炒め物	夏野菜と昆布の和え物	キャベツの味噌汁	みかん缶	御飯 べったら漬け
12	月 から揚げ	シーザーサラダ	大根とひき肉の煮物	白菜の味噌汁	オレンジ	御飯 昆布佃煮
13	火 マーボー豆腐	ひじきの和え物	なすの田舎煮	もやしのカレースープ	りんご	御飯 沢庵
14	水 しいらの洋風焼き	春雨とささみの酢の物	里芋の胡麻煮	わかめスープ	キウイ	御飯 奈良漬け
15	木 赤魚の煮つけ	柚子ﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ	煮豆	梅ソーメン汁	バナナ	御飯 味噌漬け
16	金 鶏のオーロラ焼き	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのツナマヨ	イカの酢の物	じゃがいもの味噌汁	杏仁豆腐	御飯 べったら漬け
17	土 べっこう煮	カリフラワーのサラダ	揚げ茄子のミンチ煮	ごぼろ味噌汁	パイナップル	御飯 梅干し
18	日 太刀魚の塩焼き	かにかまサラダ	彩り豆腐	えのきの味噌汁	洋梨缶	御飯 つぼ漬け
19	月 にべの西京焼き	大根サラダ	さつまいもの蜂蜜煮	にらときのこのスープ	りんご	御飯 高菜漬け
20	火 新じゃがのそぼろ煮	ほうれん草とコーンナムル	ポークピーズ	茄子の味噌汁	バナナ	御飯 しば漬け
21	水 鮭の香草焼き	焼き茄子	ピーマンと人参の金平	ほうれん草のすまし汁	饅頭	御飯 茄子漬け
22	木 エビかつ	ｷﾞﾈｯのツナ和え	小松菜の炒め物	ミネストローネ	バナナ	御飯 昆布佃煮
23	金 さんまのカレーマヨ焼き	オクラの和え物	南瓜のそぼろ煮	ソーメン汁	甘夏缶	ちらし寿司 甘酢生姜
24	土 鯖の南蛮漬け	わかめサラダ	鶏レバーのしぐれ煮	大根の味噌汁	パイナップル	御飯 桜漬け
25	日 青椒肉絲	ソーセージ炒め	オクラの湯葉和え	小松菜の味噌汁	みかん缶	御飯 茄子漬け
26	月 マーボー茄子	リャンパンサンズウ	れんこんの炒め煮	青梗菜の卵スープ	梨	十穀米 つぼ漬け
27	火 きこのカレー	茄子と豚肉の味噌炒め	りんごサラダ	豆腐の味噌汁	バナナ	らっきょ福神漬け
28	水 カレイのバター醤油焼き	和風サラダ	いんげんと人参のマヨおかか和え	豆腐の味噌汁	パイナップル	御飯 奈良漬け
29	木 ニベの朝鮮焼き	ｷﾞﾈｯの胡麻味噌炒め	おろし和え	豚汁	梨	鮭とがのふりかけ御飯 つぼ漬け
30	金 きこのあんかけハンバーグ	ちくわ入りサラダ	ｺｰﾁｷﾞﾝ	ポテトとソーセージのスープ	オレンジ	御飯 高菜漬け