

# 9月給食予定表

<あか・き・みどりのたべものだいすき>

2021.9.1 子供の国保育園

日	曜	3才以上児食・未満児食		3歳未満児	きいろの食品	あかの食品	みどりの食品
		主食・主菜・副菜	3時・土曜間食	10時間食	力がでる食べ物	おおきくなる食べ物	からだの調子を整える食べ物
1	水	ご飯 焼きしゅうまい 春雨サラダ 中華スープ	牛乳 大学芋	牛乳 バナナ	米、さつまいも はるさめ、ごま コーンフレーク	牛乳、豚肉 豆腐、卵、ハム	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、わかめ えのきたけ、グリーンピース、しょうが
2	木	ご飯 ガーリックフライ かぼちゃサラダ トマトスープ	牛乳 もちもちチー ズパン	牛乳 りんご	米、じゃがいも 白玉粉、小麦粉 パン粉	牛乳、鶏肉 ツナ、チーズ	かぼちゃ、トマト、たまねぎ きゅうり、ズッキーニ、にんにく
3	金	ご飯 鯖のさっぱり煮 磯辺和え じゃが芋汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグ ルト	米、じゃがいも	牛乳、さば、チーズ	もやし、たまねぎ、ほうれんそう ねぎ、のり、にんにく、しょうが
4	土		牛乳 ビスケット				
6	月	ご飯 サーモンフライ ポテトサラダ 冬瓜スープ	牛乳 チーズトースト	牛乳 チーズ	米、じゃがいも 食パン、パン粉 小麦粉、片栗粉	牛乳、さけ、卵、ハム チーズ、ベーコン	とうがん、きゅうり、にんじん
7	火	ご飯 鶏の塩麴焼き 酢みそ和え すまし汁	ヨーグルト	牛乳 ふかし芋	米	ヨーグルト、鶏肉 豆腐、ハム	ほうれんそう、もずく しめじ、えのきたけ
8	水	中華おこわ ナゲット ボイル野菜 なめこ汁 ゼリー	アイスクリーム	牛乳 バナナ	もち米、片栗粉	豆腐、鶏肉、卵	たまねぎ、ブロッコリー、なめこ、ねぎ たけのこ、にんじん、グリーンピース 干しいたけ、にんにく、しょうが
9	木	ご飯 鯖のカレー焼き ピーマンの昆布和え 玉ねぎのみそ汁	牛乳 青のりフライ ドポテト	牛乳 りんご	じゃがいも、米 小麦粉	牛乳、サバ、油揚げ	ピーマン、たまねぎ、えのきたけ ねぎ、こんぶ、あおのり
10	金	ご飯 ハンバーグ コールスロー きのコスープ	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグ ルト	米、パン粉	牛乳、豚肉、牛肉、卵 豆腐、チーズ、ハム	たまねぎ、きゅうり、キャベツ りんご、しめじ、えのきたけ しいたけ、干しぶどう
11	土		牛乳 ビスケット				
13	月	ご飯 鮭の西京焼き ゆかり和え 豆腐のすまし汁	牛乳 ピザトースト	牛乳 チーズ	米、食パン	牛乳、さけ、豆腐 チーズ、ベーコン	キャベツ、たまねぎ、にんじん きゅうり、こまつな、ピーマン ねぎ、しょうが
14	火	ご飯 まさご揚げ 千草和え なすのみそ汁	牛乳 さけおにぎり	牛乳 りんご	米、片栗粉、ごま	牛乳、豆腐、鶏肉、卵さ け、ハム、油揚げ	たまねぎ、なす、にんじん ほうれんそう、えのきたけ、ねぎ
15	水	ご飯 タンドリーチキン さつま芋サラダ 星の子スープ	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 バナナ	米、さつまいも 小麦粉	牛乳、鶏肉、チーズ ヨーグルト、卵	たまねぎ、きゅうり、オクラ えのきたけ、コーン、にんじん 干しぶどう、にんにく
16	木	ご飯 白身魚のりんごソースかけ 蒸しかぼちゃ コンスープ	牛乳 お好み焼き	牛乳 ふかし芋	米、片栗粉 お好み焼き粉	牛乳、あこうだい 豚肉、卵、かつお節	かぼちゃ、たまねぎ、コーン キャベツ、りんご、しょうが、パセリ
17	金	ハヤシライス スパゲティーサラダ	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグ ルト	米、スパゲティ	牛乳、牛肉、卵 チーズ、ツナ	たまねぎ、トマト、きゅうり、にんじん キャベツ、しめじ、グリーンピース
18	土		牛乳 ビスケット				
21	火	ご飯 鶏の照り焼き 白和え さつまいも汁	牛乳 ラスク	牛乳 バナナ	米、食パン さつまいも しらたき	牛乳、鶏肉、豆腐	たまねぎ、ほうれんそう にんじん、ねぎ、干しいたけ
22	水	ご飯 さばの竜田揚げ ごま和え 豆腐のみそ汁	牛乳 芋けんぴ	牛乳 りんご	米、さつまいも 片栗粉、ごま	牛乳、サバ、豆腐	もやし、たまねぎ、こまつな にんじん、しょうが、わかめ
24	金	ご飯 とうもろこしの重ね焼き マカロニサラダ かぼちゃスープ	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグ ルト	米、マカロニ パン粉、小麦粉	牛乳、豚肉、豆乳 チーズ、ツナ、卵	たまねぎ、かぼちゃ、キャベツ にんじん、コーン、きゅうり、にんにく
25	土		牛乳 ビスケット				
27	月	ご飯 さんまのかば焼き 酢の物 のっぺい汁	牛乳 おはぎ	牛乳 チーズ	米、もち米 さといも 片栗粉、ごま	牛乳、さんま 鶏肉、きな粉	きゅうり、だいこん、しいたけ にんじん、ねぎ、わかめ
28	火	カレーライス らっきょうサラダ ゼリー	ヨーグルト	牛乳 ふかし芋	じゃがいも、米	ヨーグルト 豚肉、ツナ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、なし らっきょう、グリーンピース 切り干しだいこん、にんにく
29	水	ご飯 鶏のから揚げ 納豆サラダ かぼちゃ汁	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 バナナ	米、小麦粉	牛乳、鶏肉 納豆、ツナ、卵	たまねぎ、かぼちゃ、キャベツ きゅうり、ほうれんそう、にんじん ねぎ、にんにく、しょうが
30	木	ご飯 鮭の塩麴焼き 高野豆腐の卵とじ きのこ汁	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 りんご	米	牛乳、さけ 卵、凍り豆腐	たまねぎ、しめじ、えのきたけ、ねぎ にんじん、グリーンピース、干しいたけ

★食材の納品の関係により、献立、食材を変更することがありますのでご了承ください。