



# 9月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ (未満児) 午後おやつ (未満児・以上児)
2 (月)	ごはん ローストチキン ソテー スープ りんご	米 鶏肉・おろしにんにく・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・塩・こしょう キャベツ・エリンギ・しめじ・ツナ・バター・醤油 レタス・トマト・人参・ウィンナー・コンソメ りんご	ごまポッキー お好み揚げ (小麦粉・キャベツ・葱・豚肉・卵・お好みソース・揚げ油)
3 (火)	ごはん 豚肉の生姜焼き 三色和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・おろし生姜・玉葱・人参・キャベツ・葱・酒・みりん・醤油・砂糖・油 ハム・きゅうり・もやし・醤油・砂糖・すりごま 厚揚げ・じゃがいも・えのき・みつば・味噌 バナナ	たまごボーロ あんまん (ホットケーキ粉・牛乳・こしあん)
4 (水)	ごはん さけのバター醤油焼き 煮浸し 味噌汁 オレンジ	米 さけ・酒・みりん・砂糖・醤油・バター 小松菜・しめじ・切干大根・油揚げ・酒・みりん・醤油・砂糖 人参・麩・玉葱・みつば・味噌 オレンジ	チーズ ホットビスケット (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・生クリーム)
5 (木)	ごはん 鶏肉と豆腐のトロトロ炒め ごま和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・豆腐・キャベツ・なめこ・しめじ・酒・鶏がら・薄口醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 大根・ごぼう・人参・醤油・砂糖・すりごま 南瓜・もやし・しらたき・葱・味噌 バナナ	ブルー もちもちココアパン (白玉団子の粉・ココア・油・牛乳・砂糖)
6 (金)	★誕生会 さつまいもごはん とんかつ 梅和え 味噌汁 ぶどう	米・さつまいも・黒ごま・酒・塩 豚ヒレ肉・塩・こしょう・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・とんかつソース きゅうり・もやし・切干大根・醤油・砂糖・梅干し・かつお節 キャベツ・玉葱・しめじ・味噌 ぶどう	スティックビスケット クリームチーズトースト (食パン・りんご・クリームチーズ・グラニュー糖)
7 (土)	ひじきとツナの炊き込みごはん 和え物 豚汁 オレンジ	米・ひじき・ツナ・醤油・みりん・酒 きゅうり・大根・人参・醤油・砂糖・かつお節 豚肉・人参・しめじ・玉葱・葱・味噌 オレンジ	ごまポッキー おやつ
9 (月)	わかめうどん ツナ和え ゆで卵 バナナ	ゆでうどん・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・わかめ・葱・砂糖・みりん・塩・醤油 キャベツ・もやし・切干大根・ツナ・醤油・砂糖 卵・塩 バナナ	チーズ そぼろおにぎり (米・豚挽肉・砂糖・醤油・グリーンピース・油)
10 (火)	ごはん 厚揚げの中華炒め 中華きゅうり ねぎごまスープ りんご	米 豚肉・厚揚げ・青梗菜・人参・たけのこ・干し椎茸・醤油・塩・ごま油 きゅうり・塩昆布・醤油・ごま油・かつお節 白葱・もやし・春雨・豚挽肉・ごま・酒・醤油・鶏がら・ごま油・おろし生姜 りんご	たまごボーロ うどんかりんとう (ゆでうどん・小麦粉・揚げ油・粉糖)
11 (水)	ごはん 磯辺つくね ひじきの煮物 すまし汁 バナナ	米 鶏挽肉・玉葱・人参・パン粉・青のり・味噌・醤油・砂糖 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 舞茸・玉葱・麩・みつば・塩・薄口醤油 バナナ	スティックビスケット 抹茶ボーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油・抹茶)
12 (木)	ごはん 牛ごぼうのしぐれ煮 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 牛肉・ごぼう・人参・しらたき・おろし生姜・砂糖・酒・醤油・油 きゅうり・ちくわ・もやし・わかめ・酢・砂糖・薄口醤油・すりごま さつまいも・キャベツ・肉団子・味噌・ごま油 オレンジ	チーズ ヨーグルト
13 (金)	ごはん かれの梅昆布あんかけ なめたけ和え 味噌汁 バナナ	米 かれい・片栗粉・揚げ油・塩昆布・梅干し・葱・酒・みりん・薄口醤油・片栗粉 ほうれん草・キャベツ・人参・醤油・なめたけ 卵・しめじ・ごぼう・みつば・味噌 バナナ	ブルー 麩のラスク (麩・砂糖・無塩バター)
14 (土)	味噌ラーメン サラダ オレンジ	中華麺・焼豚・玉葱・人参・もやし・コーン・葱・味噌・酒・醤油・塩・こしょう・コンソメ・ごま油 きゅうり・大根・もやし・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油・すりごま オレンジ	スティックビスケット おやつ
16 (月)	敬老の日 (祝日休園)		
17 (火)	キーマカレー スティックサラダ チーズ オレンジ	米・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・しめじ・エリンギ・えのき・大豆・ケチャップ・中濃ソース・カレー粉・油・おろしにんにく・おろし生姜 きゅうり・大根・酢・砂糖・薄口醤油・油・かつお節 スティックチーズ オレンジ	ごまポッキー シュガードーナツ (小麦粉・BP・油・牛乳・砂糖・揚げ油・グラニュー糖)
18 (水)	ごはん 鶏の甘酢焼き 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・醤油・砂糖・みりん・酒・酢・葱 切干大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・薄口醤油・砂糖 じゃがいも・板こんにゃく・玉葱・みつば・味噌・ごま油 バナナ	ブルー きな粉団子 (白玉団子の粉・絹ごし豆腐・きな粉・砂糖・塩)

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児) 午後おやつ(未満児・以上児)
19 (木)	ごはん さんまのかば焼き ゆかり和え 味噌汁 ぶどう	米 さんま・おろし生姜・酒・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・もやし・大根・ゆかり 豆腐・人参・なめこ・わかめ・味噌 ぶどう	チーズ リッツサンド (リッツ・りんごジャム)
20 (金)	ごはん 豚肉とキャベツのごま炒め もみのり和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・キャベツ・玉葱・おろし生姜・ポン酢・砂糖・すりごま・塩・ごま油 ほうれん草・人参・切干大根・醤油・もみのり 舞茸・麩・しらたき・葱・味噌 バナナ	たまごボーロ おさつクッキー (小麦粉・無塩バター・砂糖・さつまいも・黒ごま)
21 (土)	麻婆丼 スープ オレンジ	米・豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・葱・醤油・味噌・酒・片栗粉・砂糖・ごま油・コンソメ しそ・もやし・しめじ・コーン・鶏から オレンジ	スティックビスケット おやつ
23 (月)	<b>振替休日(祝日休園)</b>		
24 (火)	ごはん 鶏のからあげ 塩昆布和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・おろし生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・大根・もやし・塩昆布 人参・ごぼう・えのき・葱・味噌  バナナ	ごまポッキー 梨のケーキ (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・牛乳・梨)
25 (水)	ごはん さばの味噌煮 納豆和え すまし汁 オレンジ	米 さば・生姜・酒・みりん・醤油・砂糖・味噌 ほうれん草・切干大根・人参・ひじき・挽きわり納豆・醤油・かつお節 肉団子・玉葱・椎茸・みつば・塩・薄口醤油 オレンジ	ブルーン  大学芋 (さつまいも・黒ごま・砂糖・醤油・揚げ油)
26 (木)	中華おこわ かに玉 サラダ スープ バナナ	米・もち米・豚挽肉・人参・葱・ごま油・オイスターソース・醤油・酒・みりん・砂糖・塩 卵・かにかま・玉葱・椎茸・白葱・砂糖・醤油・片栗粉 キャベツ・レタス・ちくわ・人参・もみのり・醤油・ごま・ごま油 わかめ・もやし・春雨・ベーコン・鶏から バナナ	たまごボーロ ココアパイ (パイシート・グラニュー糖・ココア)
27 (金)	ねぎ塩豚丼 ごま和え 味噌汁 りんご	米・豚肉・白葱・玉葱・人参・キャベツ・酒・醤油・鶏がら・レモン果汁・片栗粉・ごま油 きゅうり・もやし・油揚げ・醤油・砂糖・すりごま 舞茸・玉葱・しらたき・葱・味噌 りんご	チーズ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
28 (土)	人参のガーリックバターライス サラダ スープ オレンジ	米・人参・豚挽肉・バター・コンソメ・塩・こしょう・おろしにんにく キャベツ・切干大根・ツナ・薄口醤油・酢・砂糖・油 人参・しめじ・コーン・パセリ・コンソメ オレンジ	スティックビスケット おやつ
30 (月)	ごはん レバーの甘辛揚げ おかか和え 味噌汁 梨	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 ほうれん草・キャベツ・人参・醤油・砂糖・かつお節 南瓜・玉葱・えのき・みつば・味噌 梨	ごまポッキー りんごと紅茶のカップケーキ (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・りんご・紅茶)

**※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています。**  
**※天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください。**