

# H30年 9月の献立



あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名	
1	土	紫芋チップ お茶	豚肉と白菜のおじや じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参 じゃが芋/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参	
3	月	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ(軟飯)/鯛の煮付け 野菜の煮物 大根のみそ汁/フルーツ	米/鯛 じゃが芋・玉葱・人参 大根/りんご	さつま芋スティック お茶	さつま芋	
4	火	ふわふわチップ お茶	白菜と人参のうどん じゃが芋のそぼろ煮 フルーツ	うどん麺・白菜・人参 鶏ミンチ・じゃが芋 りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜	
5	水	紫芋チップ お茶	おかゆ(軟飯)/豆腐の煮付け キャベツのお浸し/ブロッコリー 南瓜のみそ汁/フルーツ	米/豆腐 キャベツ・人参/ブロッコリー 南瓜/バナナ	野菜うどん お茶	うどん麺・玉葱 キャベツ	
6	木	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ(軟飯)/豚肉とさつま芋煮 人参の白和え 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・さつま芋 豆腐・人参 玉葱/りんご	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー	
7	金	りんご お茶	おかゆ(軟飯)/鮭と小松菜煮 さつま芋スティック 人参のみそ汁/フルーツ	米/鮭・小松菜・玉葱 さつま芋 人参/バナナ	豆腐粥 お茶	米・豆腐	
8	土	ふわふわチップ お茶	鶏肉とほうれん草のおじや 玉葱と南瓜のみそ汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・ほうれん草・人参 玉葱・南瓜/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋	
10	月	紫芋チップ お茶	おかゆ(軟飯)/鮭と豆腐の煮付け 大根と人参煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鮭・豆腐 大根・人参 玉葱/りんご	野菜うどん お茶	うどん麺・人参 南瓜	
11	火	赤ちゃんせんべい お茶	けんちんうどん 野菜スティック フルーツ	うどん麺・豆腐・ほうれん草・玉葱 じゃが芋・人参 りんご	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋	
12	水	りんご お茶	おかゆ(軟飯)/鯛と南瓜の煮物 根菜の煮物 ほうれん草のみそ汁/フルーツ	米/鯛・南瓜 大根・人参 ほうれん草/バナナ	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー	
13	木	ふわふわチップ お茶	おかゆ(軟飯)/鶏肉と大根の煮物 小松菜のお浸し じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・大根 小松菜・人参 じゃが芋/りんご	じゃが芋スティック お茶	じゃが芋	
14	金	さつま芋スティック お茶	おかゆ(軟飯)/豚肉と白菜煮 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・白菜・玉葱・人参 南瓜 豆腐/バナナ	小松菜粥 お茶	米・小松菜	
15	土	赤ちゃんせんべい お茶	豚肉とじゃが芋のおじや 玉葱のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・じゃが芋・ブロッコリー 玉葱・人参/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜	
17	月	<b>敬老の日(休園)</b>					
18	火	ふわふわチップ お茶	おかゆ(軟飯)/じゃが芋のそぼろあん ブロッコリーと玉葱煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/豚ミンチ・じゃが芋 ブロッコリー・玉葱 人参/りんご	けんちんうどん お茶	うどん麺・人参 豆腐	
19	水	りんご お茶	野菜うどん 豆腐と南瓜の煮物 フルーツ	うどん麺・玉葱・ほうれん草・人参 豆腐・南瓜 バナナ	芋粥 お茶	米・じゃが芋	
20	木	紫芋チップ お茶	おかゆ(軟飯)/鮭の蒸し煮 小松菜の和え物 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鮭・キャベツ 小松菜・人参 玉葱/りんご	人参粥 お茶	米・人参	
21	金	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ(軟飯)/鶏肉と玉葱の煮物 ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鶏ささみ・玉葱 ブロッコリー・人参 豆腐/バナナ	小松菜粥 お茶	米・小松菜	
22	土	ふわふわチップ お茶	豚肉と白菜のおじや さつま芋のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参 さつま芋/りんご	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー	
24	月	<b>振替休日(休園)</b>					
25	火	紫芋チップ お茶	おかゆ(軟飯)/南瓜のそぼろ煮 小松菜の煮浸し 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鶏ミンチ・南瓜 小松菜・人参 玉葱/りんご	野菜スティック お茶	じゃが芋 人参	
26	水	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ(軟飯)/鯛の野菜あんかけ さつま芋の甘煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/鯛・小松菜・玉葱 さつま芋 人参/バナナ	野菜うどん お茶	うどん麺・白菜 人参	
27	木	ふわふわチップ お茶	けんちんうどん じゃが芋スティック/ブロッコリー フルーツ	うどん麺・豆腐・キャベツ・人参 じゃが芋/ブロッコリー りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜	
28	金	りんご お茶	おかゆ(軟飯)/鮭と玉葱煮 ほうれん草のお浸し さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/鮭・玉葱 ほうれん草・人参 さつま芋/バナナ	豆腐粥 お茶	米・豆腐	
29	土	紫芋チップ お茶	鶏肉と南瓜のおじや キャベツのみそ汁/フルーツ	米・鶏肉・南瓜・玉葱 キャベツ・人参/りんご	人参粥 お茶	米・人参	

- ※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、七分づき米を使用しています。
- ※ アレルギーは除去食で対応しています。
- ※ 調味料は、出汁(昆布・鰹)砂糖・醤油・塩・片栗粉・味噌を使用しています。
- ※ 発達状況に応じて、食材の形状や味付けを変えています。
- ※ 延長保育には、赤ちゃんせんべい、フルーツなどの軽食を日替わりで提供しています。