

# H29年 9月の献立

## 乳幼児

## 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	金	紫芋チップ 牛乳		ごはん/鮭の塩焼き 五目きんぴら けんちん汁/フルーツ	米/鮭 ごぼう・板こんにゃく・人参・れんこん・ピーマン・ごま 大根・人参・豆腐・うす揚げ・青葱/なし	オレンジ ミレービスケット 牛乳	オレンジ ミレービスケット	
2	土	畑のクラッカー お茶		ホイコーロー丼 豆腐のスープ/フルーツ	米・豚肉・キャベツ・人参・ピーマン 豆腐・わかめ・人参/オレンジ	野菜せんべい 牛乳	野菜せんべい	
4	月	胚芽スティック 牛乳		カレーライス 野菜サラダ/ゆで玉子 フルーツ	白米・豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・カレールウ・ニンニク・鶏ガラ キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶/卵 オレンジ	レーズン蒸しパン 牛乳	小麦粉・牛乳 ベーキングパウダー レーズン	
5	火	ねじりん棒 お茶		ごはん/鶏肉のごま焼き カロチンおえ 豆腐となめこのみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・玉葱・ごま 南瓜・ほうれん草・人参・鯉節 豆腐・なめこ・青葱/なし	麩のラスク 牛乳	麩・生クリーム マーガリン	
6	水	バナナ 牛乳		ごはん/赤魚と豆腐の煮付け 胡瓜の甘酢和え/金平ごぼう 玉葱と揚げのみそ汁/フルーツ	米/赤魚・焼き豆腐・土生姜 胡瓜・キャベツ・人参/ごぼう・ピーマン・ごま 玉葱・うす揚げ/オレンジ	ひじきおにぎり 牛乳	米・ひじき・人参 竹輪	
7	木	カル鉄スティック お茶		ごはん/酢豚 大根サラダ 豆腐とチンゲン菜のスープ/フルーツ	米/豚肉・さつま芋・玉葱・ピーマン・人参・土生姜・ケチャップ 大根・胡瓜・人参・コーン缶 豆腐・チンゲン菜・わかめ/りんご	バナナ ビスコ 牛乳	バナナ ビスコ	
8	金	とうもろこし蒸しパン 牛乳		ごはん/鯖の塩焼き ブロッコリーのおかか和え/金時豆 南瓜のみそ汁/フルーツ	米/鯖・塩麩 ブロッコリー・人参・鯉節/金時豆 南瓜・玉葱/オレンジ	りんごゼリー 胚芽スティック 牛乳	りんごジュース・寒天 胚芽スティック	
9	土	ミレービスケット お茶		豚丼 白菜のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・人参・青葱 白菜・うす揚げ・人参/オレンジ	野菜せんべい 牛乳	野菜せんべい	
11	月	ひじきスティック 牛乳		ごはん/肉じゃが キャベツのゆかり和え かき玉汁/フルーツ	米/豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・系こんにゃく・グリーンピース キャベツ・胡瓜・ゆかり 玉葱・人参・卵・青葱/りんご	昆布おにぎり 牛乳	米・昆布・ごま	
12	火	いちごヨーグルト お茶		ごはん/秋刀魚の塩焼き ほうれん草のごま和え/南瓜の煮物 麩とわかめのすまし汁/フルーツ	米/秋刀魚 ほうれん草・もやし・人参・ごま/南瓜 麩・わかめ・人参/りんご	オレンジ 野菜せんべい 牛乳	オレンジ 野菜せんべい	
13	水	ミルクスティック 牛乳		人参ごはん/豆腐カツ 小松菜のじゃこ和え キャベツのみそ汁/フルーツ	米・人参/豆腐・ニンニク・小麦粉・パン粉・ソース 小松菜・胡瓜・人参・しらす干し キャベツ・玉葱/バナナ	きつねうどん 牛乳	うどん麺・うす揚げ 青葱	
14	木	畑のクラッカー お茶		<幼児遠足の日> ※3・4・5歳児はお弁当です ごはん/ミートボール 小松菜の煮浸し/さつま芋のレモン煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/合挽きミンチ・玉葱・人参・牛乳・パン粉・ケチャップ 小松菜・うす揚げ/さつま芋・レモン 玉葱・人参・青葱/オレンジ	フローズンフルーツ ビスコ 牛乳	みかん缶・パイ缶 黄桃缶・バナナ ビスコ	
15	金	ミレービスケット 牛乳		<9月生まれ誕生会> ちらし寿司/トンカツ 添え野菜/粉ふき芋 五目すまし汁/フルーツ	白米・高野豆腐・干し椎茸・人参・卵・キヌサヤ/豚肉・小麦粉・パン粉・ソース ブロッコリー・トマト/じゃが芋 大根・人参・えのき・系こんにゃく・豆腐/ぶどう・なし	マシュマロサンド 牛乳	ビスケット マシュマロ	
16	土	ねじりん棒 お茶		中華丼 豆腐とわかめのスープ/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参・椎茸・チンゲン菜・土生姜・ニンニク・鶏ガラ 豆腐・わかめ・人参/りんご	畑のクラッカー 牛乳	畑のクラッカー	
18	月	<b>敬老の日(休園)</b>						
19	火	ひじきスティック お茶		ビビンバ/豚肉の甘辛炒め じゃが芋の甘煮 春雨のスープ/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま/豚肉・玉葱 じゃが芋 春雨・人参・豆腐/オレンジ	ダノンヨーグルト ミレービスケット お茶	ダノンヨーグルト ミレービスケット	
20	水	野菜せんべい 牛乳		ごはん/カジキマグロのフライ 三色煮/ほうれん草の和え物 茄子と玉葱のみそ汁/フルーツ	米/カジキマグロ・小麦粉・パン粉・ソース じゃが芋・人参・ごぼう/ほうれん草・キャベツ 茄子・玉葱・人参/りんご	バナナ ねじりん棒 牛乳	バナナ ねじりん棒	
21	木	オレンジ お茶		ごはん/麻婆豆腐 春雨サラダ さつま芋のソテー/フルーツ	米/豚ミンチ・豆腐・干し椎茸・青葱・土生姜・ニンニク・鶏ガラ 春雨・人参・胡瓜・コーン缶 さつま芋/りんご	人参おにぎり 牛乳	米・人参	
22	金	野菜スティック 牛乳		ごはん/鯖のみそ煮 ブロッコリーの白和え/切干大根の煮物 とろろ昆布汁/フルーツ	米/鯖 ブロッコリー・豆腐・ごま/切干大根・人参・干し椎茸・うす揚げ・三度豆 とろろ昆布・玉葱・青葱/オレンジ	チーズパン 牛乳	食パン・マーガリン チーズ	
23	土	<b>秋分の日(休園)</b>						
25	月	カル鉄スティック 牛乳		キーマカレー じゃが芋のソテー 海草サラダ/フルーツ	白米・合挽きミンチ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・カレー粉・ケチャップ・ソース じゃが芋 わかめ・胡瓜・キャベツ・もやし/りんご	ミルクもち (黒蜜がけ) お茶	牛乳・片栗粉 きな粉・黒糖	
26	火	りんご お茶		ごはん/鮭の塩焼き おかかピーマン/五目大豆煮 大根のみそ汁/フルーツ	米/鮭 ピーマン・鯉節/大豆・人参・ごぼう・昆布・三度豆 大根・うす揚げ・人参・青葱/オレンジ	ゆかりおにぎり 牛乳	米・ゆかり・ごま	
27	水	紫芋チップ 牛乳		ごはん/豆腐の中華煮 胡瓜のごま酢和え/さつま芋の甘煮 フルーツ	米/豚肉・豆腐・白菜・チンゲン菜・人参・干し椎茸・ニンニク 胡瓜・キャベツ・人参・ごま/さつま芋 バナナ	焼きそば 牛乳	中華麺・竹輪・キャベツ もやし・青葱・人参 ソース・青のり	
28	木	ねじりん棒 お茶		ごはん/カレイの磯辺焼き ひじき煮/大根の漬物 素麺のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・青のり ひじき・人参・うす揚げ・グリーンピース/大根・胡瓜 素麺・玉葱・青葱/りんご	ぶどうゼリー 胚芽スティック 牛乳	ぶどうジュース・寒天 胚芽スティック	
29	金	ふかし芋 牛乳		ごはん/すき焼き風煮 ブロッコリーのごま和え かぶと揚げのみそ汁/フルーツ	米/豚肉・白菜・玉葱・人参・焼き豆腐・系こんにゃく ブロッコリー・キャベツ・ごま かぶら・うす揚げ・かぶらの葉/りんご	ミルクパン 牛乳	ミルクパン (卵入り)	
30	土	ミルクスティック お茶		焼き鳥丼 玉葱とじゃが芋のみそ汁/フルーツ	米・鶏肉・玉葱 玉葱・じゃが芋・人参・青葱/オレンジ	ミレービスケット 牛乳	ミレービスケット	

※ 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、五分つき米を使用しています。  
 ※ 調味料は記載以外に、出汁(昆布・青魚・鮭)・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・こしょう・植物油・酢・片栗粉・味噌を使用しています。  
 ※ アレルギーは除去食で対応しています。  
 ※ 乳児・朝のおやつは月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)  
 ※ 幼児・昼食時は月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)  
 ※ 延長保育には、パン・フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで用意しています。