



平成30年 9月の献立

認定こども園 ほそだ

1・3・5週						
曜	日	朝のおやつ	材料名	主食・フルーツ	3時のおやつ	
月	10	あずきなクラッカー	野菜炒め ちくわの磯辺炒め 南瓜サラダ 豆腐の味噌汁	豚肉・人参・玉葱・茄子・もやし ちくわ・ピーマン・人参・青のり 南瓜・胡瓜・赤パプリカ・マヨドレ 豆腐・玉葱・えのき・味噌	ごはん 梨	牛乳 パフスナック 牛乳かりんとう
火	11 25	野菜スティック	さげのカレーマヨ焼き そうめんのソテー きゃべつのゆかり和え 麩のすまし汁	さげ・マヨドレ・カレー粉 そうめん・人参・ピーマン・ツナ缶 きゃべつ・胡瓜・ブロッコリー・ゆかり 麩・えのき・わかめ・葱	ごはん バナナ	牛乳 きつねおにぎり 油揚げ・ごま
水	12 26	ミレービスケット	ねぎ塩チキン 甘辛ごぼう 胡瓜のおかか和え 玉葱の味噌汁	鶏肉・白葱・レモン汁・ごま油 ごぼう・人参・ごま 胡瓜・黄パプリカ・もやし・小松菜・レモン汁・鰹節 玉葱・茄子・きゃべつ・味噌	ごはん 梨	牛乳・パリパリスナック 餃子の皮・ツナ缶 玉葱・チーズ・コーン パセリ・マヨドレ
木	13 27	畑のクラッカー	あじの香味焼き 大豆の煮物 パプリカのマリネ しめじの味噌汁	あじ・葱・大葉 大豆・人参・玉葱・ひじき・こんにゃく 黄パプリカ・人参・ズッキーニ・ツナ缶 しめじ・わかめ・玉葱・味噌	ごはん オレンジ	牛乳 ミルクスティック 野菜スナック
金	14 28	ひじきスティック	ポークカレー 高野豆腐の味噌煮 ブロッコリーとエビのサラダ	豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・トマト缶・生姜・カレールウ 高野豆腐・人参・ピーマン・玉葱・味噌 ブロッコリー・えび・コーン・マヨドレ・ケチャップ	ごはん りんご	お茶・ミレービスケット ブルーベリーヨーグルト ブルーベリージャム・スキムミルク
土	15 29	ポップコーン	味噌ラーメン さつま芋のサラダ	鶏ひき肉・人参・玉葱・もやし・コーン・味噌 さつま芋・きゃべつ・胡瓜	中華麺 オレンジ	牛乳 昆布あられ 畑のクラッカー
2・4週						
月	3	あずきなクラッカー	豆乳ごまだれうどん ピーマンの塩昆布炒め 南瓜煮	豚挽肉・もやし・胡瓜・人参・大葉・豆乳・ごま ピーマン・玉葱・赤パプリカ・塩昆布 南瓜・三度豆	うどん オレンジ	牛乳 海草スナック きなこウエハース
火	4 18	ねじりん棒	豚肉のケチャップ炒め ペンネのソテー きゃべつのサラダ オクラのスープ	豚肉・人参・玉葱・ケチャップ ペンネ・アスパラガス・玉葱・バター きゃべつ・人参・コーン・胡瓜・もやし オクラ・えのき・葱・コンソメ	ごはん バナナ	お茶 牛乳寒天 牛乳・寒天・みかん缶 白桃缶・バイン缶
水	5 19	畑のクラッカー	さばの味噌煮 切干し大根の煮物 小松菜の胡麻和え わかめのすまし汁	さば・味噌 切干し大根・油揚げ・人参・グリーンピース 小松菜・もやし・人参・ごま わかめ・豆腐・葱	ごはん 梨	牛乳 りんごパン りんご・強力粉 ドライイースト・BP
木	6	胚芽スティック	鶏肉の照り焼き じゃが芋のきんぴら 胡瓜の酢の物 茄子の味噌汁	鶏肉 じゃが芋・人参・ごぼう・玉葱 胡瓜・わかめ・人参・きゃべつ 茄子・もやし・葱・味噌	ごはん オレンジ	牛乳 ひじきステック 紫芋チップ
金	7 21	ミルクスティック	かれいのきのこあんかけ さつま芋のレモン煮 もやしのナムル 麩の味噌汁	かれい・干し椎茸・玉葱・赤パプリカ さつま芋・レモン・レーズン もやし・胡瓜・人参・ごま・ごま油 麩・玉葱・しめじ・味噌	ごはん バナナ	牛乳 高野豆腐のきな粉棒 高野豆腐・黒糖・きな粉
土	8 22	ポップコーン	鶏ごぼうごはん ブロッコリーのサラダ ほうれん草の味噌汁	鶏挽肉・ごぼう・人参・えのき・油揚げ・葱 ブロッコリー・ツナ缶・胡瓜・コーン ほうれん草・豆腐・味噌	ごはん オレンジ	牛乳 カレーねじりん棒 動物ビスケット
ラン チ	20	胚芽スティック	炊き込みごはん ささみのカレーフリッター スパゲティナポリタン 味噌マヨサラダ じゃが芋のスープ	人参・しめじ・油揚げ 鶏ささみ・カレー粉・小麦粉・BP スパゲティ・ツナ缶・玉葱・ピーマン・ケチャップ 人参・胡瓜・黄パプリカ・マヨドレ・味噌 じゃが芋・玉葱・豆乳・コンソメ・パセリ	ごはん ぶどう	牛乳 おはぎ もち米・きな粉・あんこ

☆マヨネーズドレッシング(マヨドレ)は鶏卵を使用していません。卵アレルギーのお子様も食べることができます。
 ☆だし汁は、昆布、いりこ、かつお、あじ、さばでとっています。
 ☆調味料は記載以外に、だし汁・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・植物性油・酢・片栗粉・鶏ガラスープの素を使用しています。
 ☆延長保育はお茶と駄菓子又はおにぎりを提供します。
 ☆BPはベーキングパウダーです。

