

2021年9月 献立表

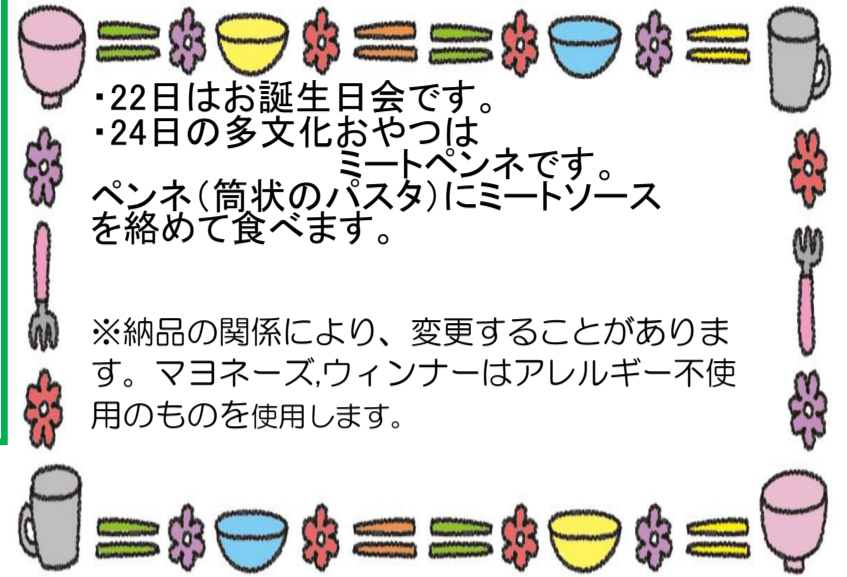
新川崎みらいのそら保育園

【今年度、初めて出る食材】

・里芋（14日）

●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください

●申し出がない場合は、献立通りの提供になります。ご了承ください。



乳児の朝のおやつは毎日牛乳です。

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	水	ジャムパン 豆乳チキングラタン 大根サラダ コンソメスープ りんご	ふりかけおにぎり 牛乳	食パン、マカロニ 油、小麦粉、パン粉 さとう、ごま油、ごま 米、いちごジャム	鶏小間肉、豆乳 パルメザンチーズ ちりめん 牛乳	たまねぎ、パセリ 大根、にんじん、もやし、きゅうり キャベツ、コーン、りんご 青のり	塩、コンソメ 酢、しょう油
2	木	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き キャベツの海苔炒め 清汁(わかめ・豆腐) 梨	フライドポテト 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ 油、じゃがいも	鶏もも肉、白味噌 木綿豆腐 牛乳	キャベツ、しめじ、刻み海苔 わかめ、梨、パセリ	塩、しょう油 みりん、出汁
3	金	カレーうどん たらちのチーズ焼き さつま芋サラダ りんご	鶏そぼろごはん 牛乳	うどん、片栗粉 さつま芋、油 エッグケアマヨネーズ 米、さとう カレー	豚小間肉 たら、ピザ用チーズ 鶏ひき肉 牛乳	にんじん、ねぎ、もやし きゅうり、りんご 玉ねぎ	出汁、みりん しょう油 塩
4	土	ごはん 鶏肉の甘辛炒め きゅうりの中華和え 味噌汁(麩・ねぎ) りんご	きなこのケーキ 牛乳	米、さとう 小麦粉、油、ごま油、麩 ホットケーキミックス 黒砂糖	鶏小間肉 白味噌 豆乳、黄な粉 牛乳	玉ねぎ、きゅうり にんじん、もやし、ねぎ りんご	しょう油、みりん 酢、出汁
5	日						
6	月	ごはん 鶏肉のつくね 春雨の中華炒め 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) 梨	マカロニ黄な粉 牛乳	米、片栗粉 さとう、ごま、春雨 ごま油、マカロニ	鶏ひき肉、木綿豆腐 白味噌 黄な粉 牛乳	ねぎ、玉ねぎ、にんじん しめじ、ほうれんそう キャベツ、梨	塩、しょう油 みりん、中華だし 出汁
7	火	ごはん 鮭のもみじ焼き 小松菜のおかか和え 味噌汁(豆腐・玉ねぎ) りんご	冷やしうどん 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ うどん	鮭、花鰹 木綿豆腐、白味噌 牛乳	にんじん、小松菜 もやし、玉ねぎ りんご、きゅうり、ねぎ	しょう油、出汁 塩、
8	水	ジャムパン ポテトグラタン ツナサラダ スープ(コーン・人参) りんご	きのこごはん 牛乳	食パン、じゃが芋 油、小麦粉 米、ごま いちごジャム	豚ひき肉、豆乳 ピザ用チーズ ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、パセリ きゅうり、キャベツ、わかめ コーン、にんじん、りんご えのき、しめじ	ケチャップ、塩 酢、しょう油 コンソメ
9	木	ごはん 鶏肉のごま焼き 五目煮豆 味噌汁(なめこ・玉ねぎ) 梨	シュガートースト 牛乳	米、さとう 小麦粉、黒ごま、油 食パン、バター	鶏もも肉 大豆水煮、白味噌 牛乳	にんじん、こんにやく いんげん、なめこ、玉ねぎ 梨	しょう油、みりん 出汁
10	金	ごはん 豆腐チャンプルー シルバーサラダ 味噌汁(大根・油揚げ) りんご	芋餅 たこ焼き風 牛乳	米、ごま油 春雨 エッグケアマヨネーズ じゃが芋、片栗粉	木綿豆腐 豚小間肉 油揚げ、白味噌 花鰹 牛乳	にんじん、もやし、にら きゅうり、コーン 大根、りんご 青のり	料理酒、しょう油 塩、中濃ソース 出汁
11	土	ごはん 焼肉 さつま芋の甘煮 味噌汁(切干し・人参) 梨	マーマレード蒸しパン 牛乳	米、油、さとう ごま油、さつま芋 ホットケーキミックス マーマレードジャム 片栗粉	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	ピーマン、もやし、玉ねぎ しょうが、切干大根、にんじん 梨、	しょう油、みりん 出汁
12	日						
13	月	ロールパン 豆腐のミートローフ ひじきサラダ ポテトスープ 梨	中華おこわ 牛乳	バターロール 油、さとう、じゃが芋 米、もち米 ごま	木綿豆腐、豚ひき肉 豆乳 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、ひじき、にんじん きゅうり、コーン、梨	ケチャップ、 中濃ソース 酢、しょう油 コンソメ、塩 料理酒

14	火	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き きんぴらごぼう 味噌汁(里芋・油揚げ) りんご	焼きうどん 牛乳	米、マーマレードジャム 油、さとう、里芋 うどん	鶏もも肉 油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、りんご 玉ねぎ、青のり	しょう油、料理酒 みりん、出汁 中濃ソース 塩
15	水	ごはん しょうが焼き マカロニサラダ 味噌汁(かぼちゃ・たまねぎ) りんご	ドーナツ 牛乳	米、さとう、油 マカロニ エッグケアマヨネーズ かぼちゃ ホットケーキミックス	豚小間肉 白味噌 絹豆腐 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ピーマン しょうが、きゅうり りんご	しょう油、料理酒 塩、出汁
16	木	ドライカレー コールスロー コンソメスープ 梨	黒ごま黄な粉クッキー 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、黒ごま バター、カレールー	豚ひき肉 きなこ 牛乳	玉ねぎ、にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、トマト缶 きゅうり、キャベツ、もやし 小松菜、梨	ウスターソース 塩 酢、コンソメ
17	金	ごはん レバーの竜田揚げ かぼちゃの煮物 味噌汁(えのき・小松菜) 梨	ラーメン 牛乳	米、片栗粉、油 かぼちゃ、中華麺 さとう	豚レバー 白味噌 牛乳	えのき、小松菜、梨 わかめ、コーン しょうが、ねぎ	塩、しょう油 出汁、鶏がらスープ
18	土	ごはん 高野豆腐と鶏肉の煮物 三色おひたし 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) りんご	ゼリー、クラッカー 牛乳	米、さとう	高野豆腐、鶏小間肉 花鰹 白味噌 牛乳	にんじん、だいこん、いんげん ほうれん草、もやし、わかめ 玉ねぎ、りんご ぶどうジュース	出汁、しょう油 寒天
19	日						
20	月	敬老の日					
21	火	五目うどん ひじき入りつくね焼き じゃがいものきんぴら 梨	おはぎ、せんべい 牛乳	うどん、じゃが芋 さとう、油 米、もち米、黒ごま 片栗粉	油揚げ 木綿豆腐、豚ひき肉 きなこ 牛乳	にんじん、ねぎ、ほうれん草 ひじき、ピーマン、梨	出汁、みりん しょう油、塩 料理酒
22	水	わかめごはん たらのカレーフリッター ブロッコリーサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) 梨	かぼちゃケーキ 牛乳	米、小麦粉、片栗粉 油、かぼちゃ ホットケーキミックス さとう	たら 木綿豆腐、白味噌 豆乳、 生クリーム 牛乳	ブロッコリー、もやし にんじん、なめこ 梨、わかめ	塩、カレー粉 ベーキングパウダー 酢、しょう油、出汁
23	月	秋分の日					
24	金	焼き鳥丼 切干しのマヨ和え 味噌汁(麩・ねぎ) りんご	ミートペンネ 牛乳	米、さとう、片栗粉 エッグケアマヨネーズ 麩、マカロニ、油	鶏小間肉 ツナ缶 白味噌 豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、刻みのり 切干大根、にんじん、きゅうり ねぎ、りんご トマト缶、パセリ	しょう油、みりん 出汁、ケチャップ コンソメ、塩
25	土	ごはん 鶏肉と大豆の旨煮 野菜スティック 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	ツナおにぎり 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ じゃが芋 さとう	鶏小間肉 大豆水煮 白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、いんげん きゅうり、玉ねぎ りんご	料理酒、みりん しょう油、出汁
26	日						
27	月	ごはん かじきのみそ焼き ポテトサラダ 清汁(小松菜・ねぎ) 梨	焼きそば 牛乳	米、小麦粉、さとう じゃが芋 エッグケアマヨネーズ 焼きそば麺	かじき、白味噌 豚小間肉 牛乳	にんじん、きゅうり、小松菜 ねぎ、梨 玉ねぎ、青のり、もやし	料理酒、みりん しょう油、塩 出汁、中濃ソース
28	火	ジャムパン ポークビーンズ 切干しサラダ キャベツの豆乳スープ りんご	コーンピラフ 牛乳	食パン、油 さとう、ごま油 米、 いちごジャム	豚小間肉 大豆水煮 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ピーマン トマト缶、切干大根、きゅうり キャベツ、りんご コーン	コンソメ、ケチャップ 酢、しょう油、塩 ウスターソース
29	水	ごはん 鶏肉の甘酢炒め 白菜のおひたし 中華スープ(わかめ・人参) りんご	のりチーズトースト 牛乳	米、油、さとう 食パン エッグケアマヨネーズ	鶏小間肉 花鰹 ピザ用チーズ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン 白菜、ほうれん草、にんじん わかめ、りんご 刻みのり	酢、しょう油 鶏がらだし
30	木	ツナカレーライス 和風サラダ りんご	きなこボーロ 牛乳	米、じゃが芋、油 小麦粉、カレールー さとう、ごま	ツナ缶 豆乳、きなこ 牛乳	にんじん、玉ねぎ、 もやし、わかめ、きゅうり コーン、りんご	コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース 酢、しょう油 ベーキングパウダー

