

# 2021年度 9月献立表

幼保当24日(金)  
希望の家 カトリック保育園

日	13・27(月)	14・28(火)	15・29(水)	16(木)	17(金)	18(土)
昼食	麦ごはん 白身魚の天ぷら ♡小松菜のごま和え ♡モロヘイヤの清汁	♡ しらす丼 火ツリ豆腐 白菜のみそ汁	♡ポークカレー きゅうりのピクルス もやしのスープ	ごはん 鶏肉の生姜焼き おからの炊いたん 大根のみそ汁	ごはん 和風ミートローフ ♡さつま芋サラダ ゆばのみそ汁	たぬき丼 ほうれん草の清汁
材料	米・押麦 白身魚・酒・塩 小麦粉・サラダ油 小松菜・キャベツ 人参・ごま しょうゆ・さとう モロヘイヤ 人参 しょうゆ・塩 だし(昆布・削り節)	米 釜あげしらす あさつき・大葉 ごま油・塩・しょうゆ 木綿豆腐 鶏ミンチ・人参 しいたけ・玉ねぎ いんげん しょうゆ・さとう・みりん だし(削り節) 白菜・かいわれ大根 みそ だし(昆布・煮干し)	米 豚肉・玉ねぎ さつま芋・しめじ レモン 鶏ガラ・土生姜 カレー粉・カレー油 ケチャップ・ソース きゅうり 米酢・さとう・塩 もやし・人参 鶏ガラ・土生姜 白ねぎ・塩・しょうゆ	米 鶏肉・玉ねぎ 土生姜・酒 しょうゆ・さとう サラダ油 おから・油あげ 人参・しめじ 青ねぎ・しょうゆ・酒 みりん・だし(削り節) 大根・豆苗 みそ だし(昆布・煮干し)	米 牛・豚ミンチ 玉ねぎ・いんげん ひじき・人参 みそ・パン粉 豆乳・塩・しょうゆ さつま芋・玉ねぎ きゅうり・レーズン マヨネーズ・米酢・塩 ゆば・みそ みそ だし(昆布・煮干し)	米 油あげ 玉ねぎ 人参 鶏ミンチ みそ しょうゆ・酒・みりん さとう・片くり粉 だし(削り節) ほうれん草 わかめ しょうゆ・塩 だし(昆布・削り節)
	♡ 焼き芋 牛乳 さつま芋	かむ昆布 菓子 スキムミルク ミロ さとう	ココナツパンケーキ 牛乳 ココナツミルク 米粉・白玉粉 ベーキングパウダー さとう	ぶどうゼリー 牛乳 ぶどうジュース アガー さとう	♡ 梨 菓子 牛乳	菓子
	6(月)	17・21(火)	8・22(水)	9・30(木)	10・24(金)	11・25(土)
	昼食	麦ごはん ふわふわ揚げ ♡きゅうりの酢物の物 じゃが芋のみそ汁	♡ピビンパ わかめの清汁	ごはん 麻婆厚あげ 焼野菜 ワンタンスープ	ごはん 鮭の照り焼き ♡ちんげん菜の のり和え ♡さと芋のみそ汁	パン ☆ジャーマンポテト ♡ポトフ
材料	米・押麦 木綿豆腐 鶏ミンチ・ひじき しいたけ・青ねぎ 片くり粉・塩 しょうゆ・サラダ油 きゅうり・わかめ ちりめんじゃこ 太もやし・米酢 さとう・塩・しょうゆ じゃが芋・みそ みそ・だし(昆布・煮干し)	米 牛ミンチ・茄子 豆もやし・ほうれん草 ツルムラサキ 大根・人参 韓国のみそ・米酢 さとう・しょうゆ・塩 ごま油 わかめ・えのき 青ねぎ しょうゆ・塩 だし(昆布・削り節)	米 厚あげ・豚ミンチ 鶏レバー・玉ねぎ ニラ・人参 赤みそ・しょうゆ・さとう 土生姜・にんにく 片くり粉 山芋・塩 ワンタンの皮 ちんげん菜 鶏ガラ・白ねぎ 土生姜 しょうゆ・塩	米 鮭 酒・しょうゆ・みりん ちんげん菜 白菜・エリンギ 人参・のり しょうゆ・さとう さと芋 油あげ 玉ねぎ・青ねぎ みそ だし(昆布・煮干し)	フランスパン じゃが芋 ウインナー・玉ねぎ しょうゆ・みりん パセリ・塩 鶏肉 パプリカ・南仏 キャベツ ブロッコリー 鶏ガラ・ローリエ 塩・しょうゆ	うどん 油あげ 鶏肉 小松菜 モロヘイヤ 人参 大根 しょうゆ・酒・みりん だし(昆布・削り節) バナナ
	♡りんご 菓子 牛乳	7日小豆蒸しパン・牛乳 小麦粉・豆乳・あんこ さとう・サラダ油 ベーキングパウダー 21日おはぎ風月見団子 牛乳 米・あんこ・塩	うどんぎょうざ 牛乳 うどん・ニラ 鶏ミンチ・キャベツ しょうゆ・片くり粉 サラダ油	すゝめ 菓子 スキムミルク ユエア さとう	じゃこねぎチャーハン 牛乳 米 ちりめんじゃこ 青ねぎ しょうゆ・サラダ油	菓子

☆：多文化メニュー♡：旬の食材

仕入の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください