



9月の予定献立表



ひだまり認定こども園保育園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	力や熱となる(きいろ)	体の調子をととのえる(みどり)	
1	金	ごはん(強化米入り) 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 スライストマト なすのみそ汁③ スイカ	ゴマ風味焼き菓子 保育乳	竹小町(卵不使用) ス 干しひじき 豚肩ロース 保育乳	バター 三温糖 粉黒糖 小麦粉 ホットケーキミックス 強化米 精白米	玉ねぎ トマト ニラ 人参 ねぎ 赤ピーマン 糸こんにゃく わかめ	
2	土	ハヤシライス きゅうりのポン酢和え みそ汁 ネーブル	アンパンマンせんべい 保育乳	鶏もも肉 豆腐 保育乳	米せんべい じゃが芋 強化米 精白米	ネーブル 大根 玉ねぎ 人参 にんにく ねぎ グリンピース きゅうり マッシュルーム缶 わかめ	
4	月	ごはん(強化米入り) 肉みそ豆腐 人参刈り(ブロッコリー) ひじきのフレンチ和え 中華スープ バナナ	焼きいも 保育乳	竹小町(卵不使用) ツナ缶 ハム(卵不使用) 豚ひき肉 干しひじき 保育乳	ホールコーン 三温糖 強化米 精白米 さつま芋 春雨	玉ねぎ 人参 長ねぎ もやし きゅうり チンゲン菜 ハナナ ブロッコリー	
5	火	ロールパン ちくわの磯辺揚げ マカロニサラダ 豆乳シチュー ネーブル	しらすおにぎり 麦茶	竹小町(卵不使用) し 鶏もも肉 青のり 調整豆乳	じゃが芋 小麦粉 マカロニ ロールパン 精白米	ネーブル 玉ねぎ 人参 刻みのり きゅうり パイン缶 レーズン ブロッコリー(冷) りんご	
6	水	マージンごはん 魚のかば焼き ほうれん草炒め フロッコリーと人参のサラダ 大根みそ汁 ネーブル	紅茶のスノーボール 保育乳	豆腐 保育乳	ホールコーン 米せんべい 三温糖 ホットケーキミックス 強化米 精白米	ネーブル 大根 人参 ねぎ ブロッコリー ほ うれん草 わかめ	
7	木	パゲティミートソース すまし汁 バイン 芋とひじきのサラダ	ゆかりおにぎり 保育乳	粉チーズ 牛ひき肉 豚ひき肉 絹ごし豆腐 干しひじき 保育乳	バター 小麦粉 スパゲッティ 強化米 精白米 さつま芋(できれば紅イモ)	玉ねぎ トマト 人参 ねぎ ビーマン えのき たけ セロリ バイン 缶 ハナナ マッシュルーム缶	
8	金	タコライス ポテトサラダ みそ汁 バナナ	メロンパン 保育乳	ピザチーズ ツナ缶 豚ひき肉 保育乳	じゃが芋 三温糖 小麦粉 強化米 精白米	ネーブル 玉ねぎ トマト 人参 ねぎ レタス きゅうり とうがん ハナナ レーズン ほうれん草(冷) わかめ	
9	土	いなり寿し 鮭のもみじ焼き 昆布イリチー 野菜かき揚げ イナムルチ オレンジゼリー	くろ棒 保育乳				
11	月	ごはん(強化米入り) 豚の角煮風 きんぴらごぼう スライストマト レタスのスープ ネーブル	りんごの蒸しパン 保育乳	竹小町(卵不使用) 豚三枚肉 保育乳	米せんべい 三温糖 強化米 はちや棒	ネーブル ほんしめじ トマト ニラ 人参 レタス 干切りキャベツ(添え) ごぼう 糸こんにゃく わかめ	
12	火	三色ごはん ひじきのフレンチ和え バイクドポテト みそ汁 りんご	ジャムサンド 保育乳	ハム(卵不使用) 豚ひき肉 青のり 干しひじき 保育乳	ホールコーン じゃが芋 三温糖 食パン 強化米 精白米	人参 ねぎ きゅうり へちま ほうれん草(冷) りんご わかめ	
13	水	ごはん(強化米入り) 焼き こんにゃくのソテー 納豆 みそ とうがん汁 ネーブル	オートミールスナック 保育乳	鮭 ツナ缶 豚肩ロース ひきわり納豆 保育乳	米せんべい オートミール 三温糖 強化米 精白米 コーンフレーク	ネーブル 玉ねぎ 人参 ねぎ 刻みパセリ 小松菜 糸こんにゃく とうがん レーズン わかめ	
14	木	子キンカレー きゅうりの和え物 わかめスープ バナナ	みそおにぎり 保育乳	ツナ缶 ハム(卵不使用) 青のり 保育乳	ホールコーン じゃが芋 バター 強化米 精白米	トマト もやし 刻みのり キャベツ きゅうり ほうれん草(冷) パナナ ブロッコリー	
15	金	ごはん(強化米入り) き 人参刈り- あえ みそ汁 梨	ココアムース ウエハース	竹小町(卵不使用) 調整豆乳 ツナ缶 肉 保育乳	三温糖 強化米 精白米	人参 にんにく もやし えのきだけ きゅうり 小松菜 ブロッコリー(冷) わかめ	
16	土	じゃこ入り梅ごはん ナー 温サラダ 豚汁 ネーブル	タンナファクルー 保育乳	ちりめんじゃこ 豚肉 保育乳	ホールコーン 精白米 タンナファクルー	大根 トマト ねぎ 干ししいたけ ハナナ ブロッコリー(冷)	
18	月						
19	火	キーマカレー(強化米入り) りのポン酢和え すまし汁 桃缶	ロールクッキー 保育乳	保育乳	ホールコーン じゃが芋 小麦粉 強化米 精白米	玉ねぎ 人参 ねぎ ビーマン 桃缶 グリンピース キャベツ きゅうり 干ししいたけ だけこの水煮 りんご	
20	水	ごはん レバーのゴマソースがらめ 春雨の中華炒め ゴマじゃが トーフわかめのすまし汁 ネーブル	ミニマドレーヌ 保育乳	牛乳 豚もも肉 豚レバー 絹ごし豆腐 保育乳	バター 米せんべい じゃが芋 三温糖 小麦粉 ホットケーキミックス 精白米 春雨	ネーブル 人参 ねぎ さやいんげん キャベツ しめじ だけこの水煮 わかめ	
21	木	きのこごはん ちくわの磯辺焼き ガリック風味 切干大根のゴマ酢 スライストマト みそ汁 梨	バナナパン 保育乳	ツナ缶 ちくわ さ身 青のり 腐 干しひじき 鶏 さ 絹ごし豆腐 保育乳	三温糖 ホットケーキミックス 精白米	切干しいたけ トマト 人参 にんにく ねぎ 赤ピーマン えのきだけ きゅうり ごぼう 干ししいたけ しめじ と	
22	金	マージンごはん きゅうりの甘酢あえ バナナ 沖縄風煮つけ 中華スープ	黒糖アガラサー 保育乳	しらす干し 豚もも肉 保育乳	黒糖アガラサーミックス ホールコーン 米せんべい 強化米 精白米 春雨	大根 人参 長ねぎ きゅうり 昆布 しめじ チンゲン菜 バナナ わかめ	
23	土						
25	月	マージンごはん 厚揚げのケチャップ 煮 コンビーフと野菜炒め 大根 サラダ みそ汁 ネーブル	バナナと芋のケーキ 保育乳	豚もも肉 厚揚げ 保育乳	ホールコーン ミックス さつま芋 ホットケーキ 精白米	ネーブル 大根 玉ねぎ なす(皮をむく) 人参 ねぎ パセリ キャベツ きゅうり バナナ わかめ	
26	火	マージンごはん さばの塩焼き ゴーヤーチャンプルー カリカリきゅうり もずくスープ 梨	揚げパン 保育乳	もずく きな粉 塩抜き 豆腐 保育乳	三温糖 ロールパン 強化米 精白米	玉ねぎ 人参 ねぎ もやし きゅうり しめじ だけこの水煮 に がうり	
27	水	沖縄そば キャベツのツナあえ ナナとみかんのヨーグルト和え	プレーンドーナツ 豆乳(ココア)	丸かまぼこ(卵不使用) 昆布 ツナ缶 豚三枚肉 保育乳	沖縄そば ゆで 食パン(卵不使用) 精白米	みかん缶 人参 キャベツ きゅうり ハナナ 山東菜 りんご	
28	木	お誕生日会の為、弁当持参での登園になります。(水筒は2~5歳児のみです。) 					
29	金	ごはん(青のり) ほうれん草炒め すまし汁 ハンバーグ ヨーグルトサラダ	うさぎさんクッキー 十五夜デザート	牛ひき肉 豚ひき肉 青のり 豆腐 保育乳	ホールコーン 三温糖 小麦粉 不使用 精白米 卵	みかん缶 玉ねぎ ねぎ だけこの水煮 人参 バナナ レーズン ほうれん草 りんご わかめ	
30	土	もずくどんぶり 魚のみそ汁 きゅうりのサラダ みかん	黒棒 保育乳	もずく 塩抜き 豚ひき肉 白身魚 保育乳	ホールコーン 強化米 精白米	大根 玉ねぎ ねぎ ビーマン 赤ピーマン きゅうり(輪切りスライス)	