

2022年度9月 予定献立表

ののかぜ保育園

	12.26日(月)	13.27日(火)	14.28日(水)	1.15.29日(木)	2.16.30日(金)	3.17日(土)	
食	ごはん 米 40	ごはん 米 40	とうもろこしごはん 米 45 とうもろこし 10	ビビンバ 米 45 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 ほうれん草 15 にんじん 15 もやし 10 醤油、砂糖、ごま ごま油、だし	たきこみごはん 米 45 しめじ 5 まいたけ 5 えのき 5 にんじん 5 油あげ 2 醤油、だし、塩	チャーハン 米 50 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 にんじん 10 ねぎ 3 にら 3 醤油、塩	
	カレー炒め 豚肉 35 長いも 30 玉ねぎ 20 にんじん 7 ピーマン 2 醤油、砂糖 塩、カレー粉	かれいの照り焼き かれい 35 醤油、砂糖 片栗粉	鶏の塩焼き 鶏もも肉 50 味噌、醤油、砂糖	おなか和え 小松菜 10 キャベツ 10 にんじん 5 かつお節 0.5	もみうり きゅうり 20 塩	鮭の味噌マヨ焼き 鮭 35 味噌、マヨドレ、醤油 砂糖、片栗粉	おなか和え ブロッコリー 20 にんじん 5 鰹節 0.2 醤油、塩
	おひたし トマト 30 だし、醤油、砂糖	なすの揚げひたし なす 20 しょうが 0.1 こねぎ 1 油、醤油、だし	味噌汁 なめこ 8 油揚げ 3 三つ葉 2	味噌汁 なす 10 玉ねぎ 5 にら 2 醤油、塩、だし	オープン焼き じゃがいも 20 塩、油	きんぴら れんこん 20 にんじん 10 いんげん 2 醤油、砂糖、油	スープ なめこ 7 わかめ 1 ねぎ 2 醤油、塩
	スープ 白菜 8 えのき 5 こねぎ 1 醤油、塩、だし	味噌汁 冬瓜 15 にんじん 7 鶏ひき肉 5 ねぎ 2 みそ、だし	味噌汁 なめこ 8 油揚げ 3 三つ葉 2	味噌汁 なす 10 玉ねぎ 5 にら 2 醤油、塩、だし	すまし汁 豆腐 5 みつば 2 醤油、塩、だし	味噌汁 なめこ 7 わかめ 1 ねぎ 2 醤油、塩	味噌汁 なめこ 7 わかめ 1 ねぎ 2 醤油、塩
	りんごゼリー りんごジュース 40 砂糖 2 寒天 0.3	さつまいもドーナツ 米粉 10 片栗粉 5 さつまいも 20 おから 7 砂糖 4 BP 0.8 油 1	抹茶おしパン 米粉 20 砂糖 4 BP 0.9 豆乳 20 抹茶 0.2 油 0.5	五平餅 米 30 さといも 10 味噌、砂糖、ごま 醤油、だし	お好み焼き 米粉 10 キャベツ 15 長芋 7 にんじん 7 ツナ 3 醤油、だし汁 ソース、青のり 鰹節、マヨドレ	米粉ホットケーキ ミックス粉 (米粉) 20 豆乳 25	
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	

	5日(月)	6.20日(火)	7.21日(水)	8.22日(木)	9日(金)	10.24日(土)	
食	ごはん 米 40	ごはん 米 40	ごはん 米 40	ハヤシライス 米 50 豚肉 35 玉ねぎ 30 にんじん 15 じゃがいも 15 ケチャップ 味噌、醤油、砂糖、塩	ごはん 米 40	ごはん 米 40	
	ミートローフ 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 おから 5 玉ねぎ 20 にんじん 7 いんげん 2 切干大根 1 醤油、塩、片栗粉	さばの味噌煮 さば 35 しょうが 味噌、醤油、砂糖 だし、片栗粉	鶏のから揚げ 鶏もも肉 しょうが 醤油、塩、米粉、油	かぼちゃソテー かぼちゃ 30 ウインナー 5 油、塩	あじのかば焼き あじ 35 醤油、砂糖、米粉 油、だし	カレー風味焼き 鶏もも肉 50 じゃがいも 20 カレー粉、醤油 砂糖、片栗粉、油	カレー風味焼き 鶏もも肉 50 じゃがいも 20 カレー粉、醤油 砂糖、片栗粉、油
	梨のサラダ 梨 10 水菜 10 エリンギ 5 油、砂糖、塩 レモン汁	塩昆布あえ オクラ 20 キャベツ 10 にんじん 5 塩昆布 醤油、だし	中華風サラダ トマト 10 きゅうり 10 ツナ 2 すりごま 塩、醤油、ごま油	スープ キャベツ 5 玉ねぎ 5 にんじん 5 コーン 5 だし、醤油、塩	梅和え きゅうり 20 梅干し 1 醤油、砂糖	もみうり きゅうり 30 塩	すまし汁 大根 10 にんじん 5 しょうが、塩、だし
	ポターージュ 玉ねぎ 10 にんじん 10 じゃがいも 10 まいたけ 5 ベーコン 2 豆乳 12 だし、醤油、塩、米粉	味噌汁 玉ねぎ 5 わかめ 1 長芋 10 醤油、塩、だし	冬瓜汁 鶏もも肉 5 冬瓜 15 にんじん 5 しいたけ 3 ねぎ 2 しょうが だし、塩、醤油 片栗粉	スーパーステー キャベツ 5 玉ねぎ 5 にんじん 5 コーン 5 だし、醤油、塩	豚汁 大根 10 にんじん 5 さといも 7 豆腐 5 しめじ 5 こんにゃく 5 ねぎ 2 だし、みそ	すまし汁 大根 10 にんじん 5 しょうが、塩、だし	すまし汁 大根 10 にんじん 5 しょうが、塩、だし
	わらびもち わらびもち粉 20 砂糖 4 きなこ 2 砂糖 1 塩	カレーポテト じゃがいも 30 カレー粉 塩、砂糖、油 ポップコーン コーン 3 塩、油	ココアケーキ 米粉 20 ココア 1 砂糖 5 BP 0.9 油 0.5 豆乳 25	小豆ういろ(8日) おはぎ(22日) もち米 15 米 15 小豆 7 砂糖 5 きなこ 1.5 砂糖 1.5 塩	お月見だんご 白玉粉 10 上新粉 10 おから 5 かぼちゃ 5 砂糖 3 醤油、砂糖、片栗粉	黒糖むしパン 米粉 20 黒糖 2 砂糖 3 BP 1 油 0.5 豆乳 25	黒糖むしパン 米粉 20 黒糖 2 砂糖 3 BP 1 油 0.5 豆乳 25
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。