



平成29年9月分
保育所給食献立表

めぐみ保育園

日付/曜日	献立	おやつ	主材料
1日(金)	ごはん・チーズインサツマイモコロッケ・付け野菜・なすの味噌汁	☆カップケーキ・牛乳	豚ひき肉・チーズ・卵・小麦粉・パン粉・さつまいも・人参・アスパラ・トマト・なす
2日(土)	焼きうどん・ワカメスープ・果物	☆鮭おにぎり・スキムミルク	豚肉・豆腐・鰹節・人参・きゃべつ・もやし・玉ねぎ・ワカメ・ごま油・みかん缶
4日(月)	ごはん・厚焼き卵・切り干し大根の煮物・ふの味噌汁	果物・おかし・牛乳	卵・豚肉・ふ・切り干し大根・ひじき・人参・玉ねぎ・えのき・小ねぎ
5日(火)	ごはん・きのごまカロニグラタン・フレンチサラダ・オニオンスープ	☆かぼちゃの豆乳プリン・お茶	豆乳・マカロニ・小麦粉・バター・パン粉・しめじ・エリンギ・玉ねぎ・きゅうり
6日(水)	ツナチャーハン・ちくわの磯辺揚げ・トマト・中華スープ	☆いちごジャムパン・牛乳	ツナ缶・竹輪・天ぷら粉・青海苔・ミックスベジタベル・玉ねぎ・トマト・ニラ
7日(木)	焼きそば・じゃがいもの味噌汁・果物	☆じゃこねごはん・牛乳	豚肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・きゃべつ・じゃがいも・りんご
8日(金)	ごはん・鮭のしょうが焼き・いんげんの胡麻和え・豆腐の味噌汁	果物・おかし・牛乳	鮭・豆腐・油揚げ・しょうが・いんげん豆・人参・玉ねぎ・ワカメ・かぼちゃ・ごま
9日(土)	ごはん・高野豆腐の卵とじ・肉団子のスープ	☆きなこトースト・スキムミルク	高野豆腐・卵・鶏ひき肉・マロニー・人参・玉ねぎ・ほうれん草・干ししいたけ
11日(月)	ごはん・千草焼き・ワカメとトマトの酢の物・かぼちゃの味噌汁	☆みかんゼリー・牛乳	鶏ひき肉・卵・蒲鉾・干ししいたけ・ピーマン・玉ねぎ・ワカメ・トマト・かぼちゃ
12日(火)	ひじきごはん・鮭のチャンチャン焼き・小松菜の味噌汁	☆ミニアメリカンドッグ・牛乳	鮭・油揚げ・バター・ひじき・人参・玉ねぎ・キャベツ・しめじ・小松菜
13日(水)	チキンカレー・フルーツヨーグルト	☆野菜サンド・牛乳	鶏肉・ヨーグルト・玉ねぎ・じゃがいも・なす・グリーンピース・りんご・みかん缶
14日(木)	ごはん・白身魚の竜田揚げ・もやしのナムル・豆乳味噌スープ	☆豆乳蒸しパン・お茶	白身魚・豆乳・竹輪・片栗粉・もやし・きゅうり・人参・白菜・しいたけ・ごま油
15日(金)	ごはん・肉じゃが・スパゲッティサラダ	果物・おかし・牛乳	豚肉・ツナ缶・卵・じゃがいも・人参・玉ねぎ・インゲン・きゅうり
16日(土)	和風ナポリタン・かきたま汁・果物	☆ゆかりおにぎり・スキムミルク	ベーコン・卵・粉チーズ・干ししいたけ・玉ねぎ・ピーマン・ほうれん草・人参
18日(月)	敬老の日		
19日(火)	三色丼・切り干し大根とひじきの酢の物・そうめん汁	果物・おかし・牛乳	鶏ひき肉・卵・インゲン・しょうが・切り干し大根・ひじき・干ししいたけ・ごま
20日(水)	ごはん・高野豆腐のフライ・トマトのマリネ・厚揚げの味噌汁・果物	☆ポテトもち・お茶	高野豆腐・卵・厚揚げ・小麦粉・パン粉・トマト・なす・玉ねぎ・人参・りんご
21日(木)	(お誕生会)リラックマ・鶏の照り焼き・ポテトサラダ・すまし汁・果物	☆お誕生日ケーキ・牛乳	油揚げ・チーズ・鶏肉・魚肉ソーセージ・じゃがいも・きゅうり・えのき・りんご
22日(金)	ごはん・鮭の塩焼き・豚汁	☆ココア蒸しパン・牛乳	鮭・豚肉・豆腐・さつまいも・人参・玉ねぎ・しめじ・ごぼう・小ねぎ・大根
23日(土)	秋分の日		
25日(月)	ごはん・鮭のパン粉焼き・トマトときゅうりのサラダ・油揚げの味噌汁	果物・おかし・牛乳	鮭・卵・小麦粉・パン粉・油揚げ・トマト・きゅうり・大根・人参・玉ねぎ
26日(火)	マーボー豆腐丼・春雨スープ・果物	☆黒糖蒸しパン・牛乳	豆腐・豚ひき肉・ウインナー・春雨・人参・玉ねぎ・ピーマン・大根・みかん缶
27日(水)	ごはん・白身魚のオーロラソース焼き・付け野菜・かぼちゃの味噌汁	☆ニラチヂミ・牛乳	白身魚・プロッコリー・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・えのき
28日(木)	マカロニシチュー・ほうれんそうの胡麻和え・果物	☆あんドーナッツ・お茶	鶏肉・納豆・マカロニ・じゃがいも・プロッコリー・ほうれん草・ごま・バナナ
29日(金)	ごはん・なすとささみのオイスター炒め・中華スープ	☆カルピスゼリー・牛乳	ささ身・卵・なす・ピーマン・人参・玉ねぎ・もやし・小ねぎ
30日(土)	味噌煮込みうどん・さつまいものそぼろ煮・果物	☆コーンおにぎり・スキムミルク	豚肉・鶏ひき肉・干ししいたけ・白菜・人参・玉ねぎ・さつまいも・ごぼう・りんご

◎材料購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

◎主材料は、昼食の主な材料のみを表示しています。

◎☆印がついているおやつは、保育園で作っています。

◎9月から、米に麦を少量入れて提供しています。