



9月の予定献立表

令和2年9月1日発行



あおい保育園

日	曜日	昼食			果物	おやつ	
		主食	副食	食		(◇は、手作りのおやつです。) 1~2歳児のみです。	
1	火	ご飯	● さばのカレーマヨ焼き ◆ きゅうりの甘酢和え ★ 枝豆のクリームスープ	さば・カレー粉・マヨネーズ・プチトマト きゅうり・キャベツ・人参・ちくわ・ごま・酢・砂糖 枝豆・じゃが芋・玉葱・バター・牛乳・小麦粉・コンソメ	ぶどう	◇ かぼちゃ団子あべかわ かぼちゃ・白玉粉・きな粉	牛乳
2	水	麺	● あんかけ焼きそば ◆ 大根のツナ和え ★ 豆腐のすまし汁	中華麺・豚肉・えび・いか・あさり・キャベツ・もやし・人参・玉葱・葱・鶏ガラ・片栗粉 大根・人参・わかめ・マグロの水煮・ごま・酢・油 豆腐・玉葱・じゃが芋・オクラ・いりこ・しょう油	バナナ	◇ 炊き込みおにぎり 鶏肉・人参・油揚げ	牛乳
3	木	ご飯	● 中華餃 ◆ かぼちゃのどぼろ煮 ★ かきたま汁	豆腐・ちりめんじゃこ・きゅうり・トマト・ごま・ごま油・酢・しょう油・鶏ガラ 鶏ミンチ・かぼちゃ・しょう油・砂糖 卵・玉葱・しめじ・水菜・いりこ・しょう油	オレンジ	◇ りんごクッキー りんご・小麦粉・卵・バター・砂糖	牛乳
4	金	ご飯	● 炒り鶏 ◆ ほうれん草のおかか和え ★ しじみの味噌汁	鶏肉・うずら卵・じゃが芋・人参・ごぼう・こんにゃく・干し椎茸・しょう油 ほうれん草・もやし・人参・コーン・かつお節・しょう油 しじみ・味噌	梨	◇ 大豆かりんどう 水煮大豆・牛乳・サラダ油・小麦粉・黒砂糖	牛乳
5	土	ご飯	● カレーピラフ ◆ ひじきサラダ ★ ポテトスープ	ウインナー・玉葱・人参・ピーマン・コーン・コンソメ・カレー粉 ひじき・トマト・きゅうり・キャベツ・酢・油 じゃが芋・玉葱・豆腐・葱・いりこ・しょう油	バナナ	ドーナツ	牛乳
7	月	ご飯	● 手キンチャップ ◆ きんぴら ★ モロヘイヤのすまし汁	鶏肉・玉葱・ホールトマト・ケチャップ・キャベツ ごぼう・人参・ピーマン・糸こんにゃく・しょう油・砂糖 モロヘイヤ・玉葱・じゃが芋・卵・いりこ・しょう油	ぶどう	◇ わかめおにぎり 米・わかめ	牛乳
8	火	ご飯	● 鮭のタルタルソースかけ ◆ 高野と切干大根の含め煮 ★ ほうれん草のすまし汁	鮭・卵・玉葱・マヨネーズ・レモン・プチトマト 切干大根・高野豆腐・油揚げ・人参・干し椎茸・しょう油 ほうれん草・玉葱・しめじ・麩・いりこ・しょう油	梨	ヨーグルト	牛乳
9	水	麺	● 和風スパゲティ ◆ コーンサラダ ★ 卵と水菜のすまし汁	スパゲティ・ベーコン・玉葱・人参・しめじ・ほうれん草・バター・かつお節・しょう油 コーン・キャベツ・きゅうり・人参・酢・油 卵・玉葱・水菜・豆腐・いりこ・しょう油	オレンジ	◇ 芋おにぎり 米・さつまい	牛乳
10	木	ご飯	● 五目揚げ ◆ もやしとキャベツの磯和え ★ 油揚げとかぼちゃの味噌汁	豆腐・豚ミンチ・ピーマン・人参・ひじき・卵・片栗粉 もやし・キャベツ・人参・海苔・しょう油 油揚げ・かぼちゃ・玉葱・葱・いりこ・味噌	梨	◇ ビザトースト 食パン・ベーコン・玉葱・ピーマン・チーズ	牛乳
11	金	ご飯	● 鶏の塩焼き ◆ 五目白和え ★ わかめのすまし汁	鶏肉・じゃが芋・青のり 豆腐・ほうれん草・人参・コーン・糸こんにゃく・ごま・味噌・砂糖 わかめ・玉葱・もやし・いりこ・しょう油	バナナ	◇ ココア入り牛乳餅 牛乳・ココア・片栗粉・きな粉	牛乳
12	土	ご飯	● きのご飯 ◆ 厚揚げの田舎煮 ★ キャベツのすまし汁	舞茸・しめじ・椎茸・鶏肉・人参・しょう油 厚揚げ・人参・ごぼう・こんにゃく・昆布・しょう油 キャベツ・玉葱・えのき茸・葱・いりこ・しょう油	オレンジ	ビスケット	牛乳
14	月	ご飯	● ポークカレー ◆ ピクルス ★ 卵スープ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・なす・かぼちゃ・カレールウ 大根・人参・きゅうり・酢・砂糖 卵・玉葱・えのき茸・小松菜・いりこ・しょう油	バナナ	◇ ひじきおにぎり 米・ひじき	牛乳
15	火	ご飯豆	● さばの味噌煮 ◆ ほうれん草のごま和え ★ じゃが芋のすまし汁	さば・味噌・砂糖・プチトマト ほうれん草・キャベツ・人参・コーン・ごま・しょう油 じゃが芋・玉葱・わかめ・いりこ・しょう油	オレンジ	◇ りんご春巻き 春巻きの皮・りんご	牛乳
16	水	麺	● 五目うどん ◆ 大豆とアーモンドのミルク和え ★ キャベツのごま酢和え	うどん・鶏肉・玉葱・人参・油揚げ・かまぼこ・葱・かつお節・昆布・しょう油 水煮大豆・いりこ・アーモンド・スキムミルク・しょう油・砂糖 キャベツ・人参・わかめ・ごま・酢・砂糖	梨	◇ 五平餅 米・もち米・味噌・砂糖・ごま	牛乳
17	木	赤飯	● 豆腐のお好み焼き ◆ 山芋の酢もの ★ 卵とえのきのスープ	豆腐・マグロの水煮・キャベツ・卵・片栗粉・かつお節・青のり・ソース 長芋・きゅうり・わかめ・かまぼこ・酢・砂糖 卵・玉葱・えのき茸・水菜・いりこ・しょう油	バナナ	誕生ケーキ カステラ・巨峰	牛乳
18	金		おべんとう			たいやき	牛乳
19	土	ご飯	● 鶏とぼろ丼 ◆ キャベツのごま和え ★ さつまいの味噌汁	鶏ミンチ・卵・ほうれん草・しょう油 キャベツ・人参・小松菜・ごま・しょう油 さつまい・玉葱・しめじ・葱・いりこ・味噌	梨	せんべい	牛乳
23	水	パン	● かぼちゃのグラタン ◆ コロコロサラダ ★ 切干大根のスープ	鶏肉・マカロニ・かぼちゃ・玉葱・しめじ・小麦粉・バター・牛乳・コンソメ・チーズ きゅうり・トマト・人参・コーン・酢・油 切干大根・玉葱・人参・えのき茸・ベーコン・パセリ・コンソメ	オレンジ	◇ 二色おはぎ 米・もち米・粒あん・きな粉	牛乳
24	木	栗ご飯	● さんまの塩焼き ◆ ひじきの五目煮 ★ ちょうけん汁	さんま・ほうれん草・もやし・海苔・しょう油 ひじき・人参・油揚げ・さつまい揚げ・干し椎茸・しょう油 豆腐・大根・人参・しめじ・葱・いりこ・しょう油	バナナ	◇ 芋餅 じゃが芋・片栗粉・海苔	牛乳
25	金	ご飯	● マーボーなす ◆ もやしのナムル ★ ニラ玉スープ	豆腐・豚ミンチ・なす・玉葱・人参・干し椎茸・葱・味噌・鶏ガラ・片栗粉 もやし・ほうれん草・人参・ごま・ごま油・しょう油 卵・ニラ・玉葱・麩・鶏ガラ・しょう油	梨	アイスクリーム	牛乳
26	土		運動会			おみやげ	
28	月	ご飯	● 豚じゃが ◆ 切干大根の酢もの ★ なめこの味噌汁	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・しょう油・砂糖 切干大根・人参・小松菜・ちくわ・ごま・酢・砂糖 なめこ・玉葱・麩・葱・いりこ・味噌	バナナ	◇ 梅おにぎり 米・梅干し・海苔	牛乳
29	火	ご飯	● アンパンマンライス ◆ コールスロー ★ コンソメスープ	鶏肉・玉葱・人参・コーン・プチトマト・黒豆・ウインナー・ケチャップ・コンソメ・バター キャベツ・人参・きゅうり・酢・油 豆腐・玉葱・しめじ・パセリ・コンソメ	梨	◇ スイートポテト さつまい・バター・砂糖・卵	牛乳
30	水	麺	● チャーシュー麺 ◆ かぼちゃサラダ ★ なすのしぎ煮	中華麺・焼き豚・玉葱・人参・キャベツ・もやし・葱・鶏ガラ かぼちゃ・じゃが芋・きゅうり・干しぶどう・マヨネーズ なす・ピーマン・厚揚げ・味噌・砂糖	オレンジ	◇ ビビンバおにぎり 米・牛ミンチ・人参・小松菜・ごま	牛乳

※行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

※今月の弁当日は、18日です。

今月の旬

なす・ピーマン・かぼちゃ・栗・さんま・梨

