



9月の予定献立表

令和6年8月30日発行



あおい保育園

日	曜日	昼食			果物	おやつ	
		主食	副食	汁物		(◇は、手作りのおやつです。) 1~2歳児のみです。	
2	月	ごはん	●炒り鶏 ◆もやしとキャベツの磯和え ★豆腐の味噌汁	●主菜 ◆副菜 ★汁物 鶏肉・うずら卵・じゃが芋・人参・ごぼう・干し椎茸・しょう油 もやし・キャベツ・人参・海苔・しょう油 豆腐・玉葱・えのき茸・小松菜・いりこ・味噌	バナナ	◇わかめおにぎり 米・わかめ お茶	牛乳
3	火	麦ごはん	●鮭のタルタルソースかけ ◆きんぴら ★オクラのすまし汁	鮭・卵・玉葱・パセリ・マヨネーズ・キャベツ ごぼう・人参・ピーマン・しらたき・しょう油・砂糖 麩・玉葱・しめじ・オクラ・いりこ・しょう油	梨	◇焼き芋 さつまいも 牛乳	牛乳
4	水	麺	●焼うどん ◆キャベツのごま和え ★豆腐のすまし汁	うどん・ベーコン・玉葱・人参・小松菜・しめじ・バター・しょう油 キャベツ・ほうれん草・人参・コーン・ごま・しょう油 豆腐・玉葱・じゃが芋・わかめ・いりこ・しょう油	オレンジ	◇きつねおにぎり 米・油揚げ・ごま お茶	牛乳
5	木	ごはん	●豚肉の生姜煮 ◆大根のツナ和え ★さつまいもの味噌汁	豚肉・玉葱・しょう油・キャベツ マグロの水煮・大根・小松菜・人参・酢 さつまいも・玉葱・えのき茸・葱・いりこ・味噌	バナナ	◇フレンチトースト 食パン・卵・牛乳・砂糖 牛乳	牛乳
6	金	ごはん	●豆腐のカレー煮 ◆山芋の酢もの ★モロヘイヤのすまし汁	豆腐・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・カレールウ 長芋・きゅうり・わかめ・かまぼこ・酢・砂糖 モロヘイヤ・卵・玉葱・麩・いりこ・しょう油	オレンジ	◇かぼちゃスティックパイ パイシート・かぼちゃ・バター・砂糖 牛乳	牛乳
7	土	ごはん	●ハヤシライス ★コンソメスープ	牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・ハヤシルウ キャベツ・玉葱・人参・えのき茸・パセリ・コンソメ	バナナ	お菓子 牛乳	牛乳
9	月	ごはん	●牛丼 ◆キャベツのごま酢和え ★じゃが芋のすまし汁	牛肉・玉葱・人参・しらたき・しょう油 キャベツ・人参・かまぼこ・わかめ・ごま・酢・砂糖 じゃが芋・玉葱・ほうれん草・豆腐・いりこ・しょう油	梨	ヨーグルト ウエハース	牛乳
10	火	ごはん	●さばの生姜煮 ◆納豆和え ★なすの味噌汁	さば・しょう油・じゃが芋・青のり 納豆・ほうれん草・もやし・人参・オクラ・かつお節・海苔・しょう油 なす・玉葱・えのき茸・葱・いりこ・味噌	オレンジ	◇ごませんべい 強力粉・小麦粉・ごま・砂糖 牛乳	牛乳
11	水	麺	●ツナの和風スパゲティ ◆かぼちゃサラダ ★ほうれん草とコーンのスープ	スパゲティ・マグロの水煮・玉葱・人参・しめじ・小松菜・海苔・しょう油・バター かぼちゃ・じゃが芋・きゅうり・ハム・レーズン・マヨネーズ ほうれん草・コーン・玉葱・豆腐・いりこ・しょう油	バナナ	◇ひじきの炊き込みおにぎり 米・鶏肉・ひじき・人参・油揚げ お茶	牛乳
12	木	パン	●ヒレカツ ◆グリーンサラダ ★卵スープ	豚肉・小麦粉・卵・パン粉・ソース キャベツ・ほうれん草・水菜・人参・酢・サラダ油 卵・玉葱・しめじ・わかめ・いりこ・しょう油	梨	◇スイートポテト さつまいも・バター・牛乳・砂糖・卵 牛乳	牛乳
13	金	ごはん	●豆腐の五目煮 ◆キャベツのおかか和え ★麩のすまし汁	豆腐・鶏挽肉・玉葱・人参・えのき茸・水菜・片栗粉・しょう油 キャベツ・人参・小松菜・コーン・かつお節・しょう油 麩・玉葱・じゃが芋・葱・いりこ・しょう油	バナナ	♡キャロットクッキー 小麦粉・バター・砂糖・人参・牛乳・グラニュー糖 牛乳	牛乳
14	土	ごはん	●ピビンバ ★トマトみそスープ	牛肉・ほうれん草・もやし・人参・ごま・しょう油・ごま油 卵・豆腐・トマト・玉葱・葱・いりこ・しょう油	オレンジ	お菓子 牛乳	牛乳
今日 17	お月見 火	ごはん	●いがり風団子 ◆ほうれん草の磯和え ★かぼちゃの味噌汁	鶏挽肉・豆腐・玉葱・卵・そうめん・片栗粉・きゅうり ほうれん草・キャベツ・人参・ちくわ・海苔・しょう油 かぼちゃ・玉葱・えのき茸・わかめ・いりこ・味噌	梨	お月見ゼリー せんべい	牛乳
18	水	麺	●卵うどん ◆ひじき大豆煮 ★ごまネーズ和え	うどん・卵・かまぼこ・玉葱・人参・干し椎茸・葱・かつお節・昆布・しょう油 ひじき・人参・水煮大豆・さつまいも揚げ・しょう油 キャベツ・人参・小松菜・ちくわ・ごま・マヨネーズ	オレンジ	◇ゆかりおにぎり 米・ゆかり お茶	牛乳
19	木	赤飯	●豆腐のお好み焼き ◆千草和え ★麩のすまし汁	豆腐・マグロの水煮・キャベツ・卵・片栗粉・ソース・マヨネーズ・かつお節・青のり ほうれん草・人参・しめじ・油揚げ・しょう油 麩・玉葱・じゃが芋・葱・いりこ・しょう油	バナナ	◇誕生ケーキ カステラ・ホイップクリーム・オレンジ 牛乳	牛乳
20	金	ごはん	●さんまの塩焼き ◆カミカミサラダ ★豆腐とえのきの味噌汁	さんま・かぼちゃ 切干大根・すめ・人参・水菜・ごま・マヨネーズ 豆腐・玉葱・えのき茸・小松菜・いりこ・味噌	オレンジ	◇おはぎ 米・もち米・粒あん・きな粉・砂糖 お茶	牛乳
21	土	ごはん	●チキンライス ★キャベツスープ	鶏肉・玉葱・人参・コーン・ケチャップ・バター・コンソメ キャベツ・玉葱・人参・ウインナー・コンソメ	バナナ	お菓子 牛乳	牛乳
24	火	麦ごはん	●アジフライ ◆切干大根の含め煮 ★じゃが芋の味噌汁	あじ・小麦粉・卵・パン粉・キャベツ 切干大根・人参・高野豆腐・油揚げ・干し椎茸・しょう油 じゃが芋・玉葱・しめじ・水菜・いりこ・味噌	オレンジ	◇かぼちゃ蒸しパン ホットケーキミックス・かぼちゃ・卵・牛乳・砂糖・サラダ油 牛乳	牛乳
25	水	麺	●チャーシュー麺 ◆厚揚げの味噌炒め ★もやしとわかめの酢もの	中華麺・焼き豚・キャベツ・玉葱・人参・葱・鶏ガラ・しょう油 厚揚げ・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・味噌・砂糖 もやし・わかめ・人参・かまぼこ・酢・砂糖	バナナ	◇おなかおにぎり 米・かつお節 お茶	牛乳
26	木	ごはん	●マーボーなす ◆小松菜のナムル ★春雨スープ	豆腐・豚挽肉・なす・玉葱・人参・干し椎茸・葱・味噌・鶏ガラ・片栗粉 小松菜・もやし・人参・コーン・ごま・しょう油・ごま油 春雨・卵・玉葱・わかめ・いりこ・しょう油	梨	◇ピザトースト 食パン・ベーコン・玉葱・ピーマン・チーズ 牛乳	牛乳
27	金	ごはん	●ポークカレー ◆ピクルス ★豆腐スープ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・カレールウ 大根・人参・きゅうり・酢・砂糖 豆腐・玉葱・えのき茸・水菜・いりこ・しょう油	バナナ	◇アップルクッキー 小麦粉・卵・バター・砂糖・りんご 牛乳	牛乳
28	土	ごはん	●きのこごはん ★味噌汁んちん	鶏肉・しめじ・舞茸・椎茸・人参・しょう油 里芋・大根・人参・ごぼう・油揚げ・いりこ・味噌	オレンジ	お菓子 牛乳	牛乳
30	月	ごはん	●チキンチャップ ◆大根サラダ ★コーンクリームスープ	鶏肉・玉葱・ホールトマト・ケチャップ・キャベツ 大根・人参・マグロの水煮・わかめ・酢・サラダ油 コーン・クリームコーン・じゃが芋・玉葱・牛乳・小麦粉・バター・コンソメ	梨	◇鮭おにぎり 米・鮭 お茶	牛乳

※行事、材料の都合等により、献立を一部変更することがあります。

※今日の弁当日はありません。

今月の旬

なす・ピーマン・かぼちゃ・さつまいも・さんま・梨

