



9月献立表



	月	火	水	木	金	土
屋食	 <p>今月のメニュー</p>	1 雑穀米ごはん ポークビーンズ 大豆、豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、グリーンピース、トマト缶、砂糖、油、ソース、ケチャップ ピーマンともやしのツナ和え ピーマン、もやし、ツナ缶、ごまごま油、鶏ガラ、塩 わかめスープ 塩わかめ、玉ねぎ、コーン、人参、鶏ガラ、塩、薄口醤油	2 ごはん 鶏のさっぱり煮 ウズラ卵添え 鶏肉、砂糖、生姜、酢、酒、醤油、ウズラ卵、 ポテトサラダ じゃが芋、ハム、きゅうり、人参、マヨネーズ、塩、こしょう チンゲン菜のみそ汁 チンゲン菜、玉ねぎ、出し汁、みそ	3 ごはん サワラのシソみそ焼き サワラ、大葉、みそ、酒、みりん、砂糖 元気サラダ キャベツ、きゅうり、トマト、コーン、ハム、刻み昆布、鰹節、酢、砂糖、油、醤油、塩 もやしのみそ汁 もやし、人参、玉ねぎ、ねぎ、出し汁、みそ	4 ごはん なすと豚肉の中華炒め 豚肉、なす、ピーマン、人参、生姜、にんにく、醤油、砂糖、酒、鶏ガラ、オイスターソース、ごま油、片栗粉 ★ジャコサラダ キャベツ、小松菜、人参、じゃこ、酢、油、砂糖、薄口醤油、塩 花魁のすまし汁 花魁、えのき、塩わかめ、ねぎ、出し汁、塩、薄口醤油 ぶどう	エビピラフ 米、エビ、ベーコン、人参、コーン、玉ねぎ、ピーマン、バター、コンソメ、塩、こしょう ポテトスープ じゃが芋、玉ねぎ、人参、パセリ、コンソメ、薄口醤油、塩、こしょう バナナ
		おやつ 生乳 ウエハース オレンジゼリー オレンジジュース、砂糖、アガール、みかん缶、バイン缶	生乳 豆腐ドーナツ ホットケーキミックス粉、絹豆腐、砂糖、油	麦茶 ヨーグルトパフェ ヨーグルト、バナナ、みかん、砂糖、バイン、キウイ、コーンフレーク	生乳 ピザトースト パン、ベーコン、玉ねぎ、ピーマン、ピザソース、チーズ	麦茶 アイスクリーム バタークッキー
屋食	7 生飯 米、牛肉、人参、ごぼう、生姜、醤油、砂糖、みりん、酒、塩 高野豆腐の卵とじ 高野豆腐、人参、玉ねぎ、椎茸、卵、インゲン、出し汁、醤油、砂糖 きゅうりの浅漬け きゅうり、塩、しょうが わかめのみそ汁 玉ねぎ、塩わかめ、ねぎ、出し汁、みそ	8 ごはん サケの塩焼き サケ、塩 大豆入りひじき煮 芽ひじき、人参、大豆、竹輪、インゲン、砂糖、醤油、油 冬瓜のみそ汁 冬瓜、玉ねぎ、人参、ねぎ、出し汁、みそ	9  誕生会 ごはん 子キンカツ 鶏肉、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、ウスターソース、砂糖、みりん、醤油 ほうれん草の白和え ほうれん草、人参、糸コン、ごま、コーン、豆腐、みそ、砂糖 キャベツのみそ汁 キャベツ、えのき、コーン、コンソメ、塩、醤油 メロン 生乳 ココアクリーム ロールパン ロールパン、ココア、クリーム、砂糖	10 麦ごはん チンジャオロース 豚肉、ピーマン、赤ピーマン、筍、生姜、にんにく、醤油、大豆、砂糖、オイスターソース、ごま油、片栗粉 夏みかんサラダ 夏みかん缶、きゅうり、キャベツ、レーズン、油、酢、塩、こしょう 中華風コーンスープ コーンクリーム、玉ねぎ、人参、ねぎ、鶏ガラ、塩、こしょう	11 わかめごはん 米、炊き込みわかめ じゃが芋と厚揚げの含め煮 じゃが芋、厚揚げ、豚肉、ごぼう、人参、グリーンピース、出し汁、砂糖、醤油 ★イカのバター炒め なめこのすまし汁 なめこ、玉ねぎ、ねぎ、出し汁、塩、薄口醤油 梨 生乳 芋ようかん さつまいも、砂糖、寒天	12 梅と昆布の炊き込みごはん 米、人参、梅干し、塩昆布、塩 豚汁 豚肉、人参、しめじ、ごぼう、さつまいも、ねぎ、出し汁、みそ バナナ
	おやつ 生乳 お好み焼き風 豚ひき肉、お好み粉、卵、キャベツ、人参、ねぎ、青のり、桜えび、油、お好みソース、マヨネーズ	麦茶 アイスクリーム アスパラギンビス	麦茶 サケのおにぎり 米、サケフレーク、ごま、だし昆布 キャラメルチーズ	麦茶 芋ようかん さつまいも、砂糖、寒天	麦茶 アイスクリーム 小魚せんべい	
屋食	14 ごはん アジの南蛮漬け アジ、塩、片栗粉、油、玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン、砂糖、酢、薄口醤油 卵の花煮 おから、人参、干椎茸、ごぼう、玉ねぎ、さつまいも、ねぎ、油、醤油、砂糖、出し汁 なすとキャベツのみそ汁 なす、キャベツ、ねぎ、出し汁、みそ ぶどう	15 しめじごはん 米、しめじ、人参、さつまいも、塩、酒、薄口醤油、だし昆布 鶏の梅焼き 鶏肉、梅干、醤油、みりん、砂糖 切り干し大根の含め煮 切り干し大根、油揚げ、干椎茸、人参、インゲン、油、砂糖、みりん、醤油 麩とわかめのみそ汁 麩、塩わかめ、ねぎ、出し汁、みそ	16 ごはん 豚肉の生姜焼き 豚肉、玉ねぎ、赤ピーマン、みりん、生姜、醤油、砂糖、酒、片栗粉、油 フロッコリーサラダ フロッコリー、コーン、人参、マヨネーズ、醤油 かぼちゃのスープ かぼちゃ、玉ねぎ、パセリ、コンソメ、塩、こしょう	17 ごはん サバの味噌煮 サバ、生姜、砂糖、みそ、醤油、出し汁、みりん、酒 納豆和え 納豆、小松菜、キャベツ、人参、鰹節、のり、醤油 玉ねぎとえのきのすまし汁 玉ねぎ、えのき、ねぎ、出し汁、薄口醤油、塩 梨	18 雑穀米ごはん 鶏のから揚げ 鶏肉、醤油、塩、酒、生姜、にんにく、片栗粉、油 バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、錦糸卵、砂糖、酢、ごま油、醤油 豆乳のみそ汁 さつまいも、玉ねぎ、しめじ、ねぎ、出し汁、みそ、豆乳	19 貝柱とひじきの炊き込みごはん 貝柱、芽ひじき、ごぼう、人参、油揚げ、グリーンピース、だし昆布、酒、薄口醤油、塩 キャベツのみそ汁 キャベツ、しめじ、玉ねぎ、ねぎ、出し汁、みそ バナナ
	おやつ 生乳 かぼちゃカナッペ かぼちゃ、砂糖、クリーム、クラッカー	生乳 チーズスティックパン 食パン、マーガリン、粉チーズ、粉糖	麦茶 フルーツ白玉 白玉粉、絹豆腐、バナナ、バイン缶、みかん缶、さくらんぼ、砂糖、水	麦茶 おやつひやおびぎ ひやおびぎ、カニカマ、ねぎ、麵つゆ、干椎茸、醤油、砂糖、みりん	生乳 きな粉のおはぎ 米、きな粉、あんこ	
屋食	21 敬老の日 	22 秋分の日 	23 雑穀米ごはん 秋野菜ポークカレー 豚肉、人参、玉ねぎ、さつまいも、なす、南瓜、しめじ、ピーマン、にんにく、生姜、油、カレールー、 ヨーグルト和え バナナ、バイン缶、みかん缶、桃缶、キウイ、ヨーグルト、砂糖 ★根菜きんぴら ごぼう、人参、蓮根、インゲン、ごま、油、砂糖、醤油	24 ごはん バトウのフライ バトウ、塩、こしょう、油、小麦粉、卵、パン粉、ウスターソース、みりん、砂糖、醤油 コールスローサラダ キャベツ、きゅうり、人参、レーズン、油、酢、塩、マヨネーズ 豆腐のすまし汁 豆腐、えのき、ねぎ、出し汁、塩、薄口醤油	25 ごはん 牛肉と春雨の煮物 牛肉、春雨、玉ねぎ、人参、椎茸、にら、赤ピーマン、油、オイスターソース、醤油、砂糖、みりん、ごま油、ごま、にんにく フロッコリーの磯部和え フロッコリー、人参、竹輪、のり、醤油 なすのみそ汁 なす、玉ねぎ、ねぎ、出し汁、みそ	26 鶏とごぼうの混ぜごはん 米、鶏肉、ごぼう、人参、砂糖、生姜、みりん、醤油、酒 じゃが芋のみそ汁 じゃが芋、塩わかめ、玉ねぎ、出し汁、みそ、ねぎ バナナ
	おやつ 麦茶 生乳もち 牛乳、片栗粉、きな粉、砂糖、塩	生乳 ウインナードッグ ロールパン、ウインナー、キャベツ、ケチャップ	麦茶 生乳もち 牛乳、片栗粉、きな粉、砂糖、塩	生乳 ウインナードッグ ロールパン、ウインナー、キャベツ、ケチャップ	麦茶 たくあん入りのり巻き 米、すし酢、たくあん、きゅうり、のり、ごま	
屋食	28 愛情弁当の日 	29 ごはん サバの竜田揚げ サバ、生姜、醤油、砂糖、みりん、酒、片栗粉、油 トマト添え そうめん瓜の酢の物 そうめん瓜、きゅうり、酢、砂糖、薄口醤油、塩 大根のみそ汁 大根、人参、油揚げ、ねぎ、出し汁、みそ	30 ご飯 ★筑前煮 鶏肉、人参、こんにゃく、ごぼう、干椎茸、蓮根、里芋、インゲン、砂糖、みりん、醤油、油 キャベツのゆかり和え キャベツ、人参、小松菜、ゆかり かき卵汁 えのき、しめじ、玉ねぎ、卵、ねぎ、出し汁、薄口醤油、塩 梨 生乳 揚げパン ロールパン、砂糖、油	<div style="border: 1px dashed black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">今月の誕生会のメニューは</p> <p style="text-align: center;">えぎ ゆうせい くの リクエスト</p> <p style="text-align: center;">◎ほうれん草の白和えを入れていきます</p> </div>  		
	おやつ 麦茶 アイスクリーム ラスク 食パン、砂糖	生乳 りんごマフィン りんご、砂糖、牛乳、卵、バター、ホットケーキミックス粉				

・ ★印はよく噛めるようカミカミメニューとしています。 ・ 土曜日のメニューを麺類からご飯に変更しています。
 ・ 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。

