



9月 献立表

西嶺保育園

★目標★

秋の食材を実感しよう！

1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)	
さんまの蒲焼き さんま、小麦粉	豚の和風炒め 豚、玉ねぎ、りんごのおろし	かに玉 卵、豚ミンチ、玉ねぎ カニカマ、片栗粉	グラタン ブロッコリー、鶏肉、玉ねぎ しめじ、マカロニ、チーズ バター、牛乳、小麦粉 キャベツのツナソテー	ブルコギ丼 豚肉、玉ねぎ、人参、ニラ いりごま、にんにく、片栗粉	
里芋と大根の煮物 里芋、大根	人参しりしり 人参、キャベツ、コーン、卵 ツナ	ひじきのナムル ひじき、もやし、ほうれん草 人参、じゃこ	コンソメスープ	椎茸の中華スープ 椎茸、キャベツ	
きのこのすまし汁 まいたけ、しめじ、麩 卵サンド 卵、玉ねぎ、パセリ、食パン	かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ、油揚げ きのこのクリームパスタ しめじ、えのき、ほうれん草 ベーコン、牛乳、コーン 小麦粉	チンゲン菜の中華スープ チンゲン菜、豆腐 さつま芋と栗ご飯 さつま芋、栗	抹茶ケーキ 抹茶、バター、卵、小麦粉 ホイップ	市販菓子	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)	12日 (土)
牛肉のしぐれ煮 牛肉、人参、いんげん つきこん、生姜	中華丼 豚肉、チンゲン菜、人参 椎茸、白菜	鮭ときのこのバター醤油 鮭、きのこ、バター	あげの卵とじ 油揚げ、卵、玉ねぎ、人参 ねぎ	豚のケチャップ煮 豚肉、じゃが芋、ケチャップ	ブルコギ丼 豚肉、玉ねぎ、人参、ニラ いりごま、にんにく、片栗粉
ブロッコリーのじゃこ和え ブロッコリー、じゃこ、人参	ワンタンスープ ワンタン、ひき肉、もやし	コールスロー キャベツ、人参、ベーコン きゅうり	のり和え もやし、キャベツ、ピーマン	マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参	
あおさと豆腐の赤だし あおさ、豆腐 フルーツポンチ みかん缶、パイナップル 黄桃缶、白玉粉	人参、ニラ 梨 梨	野菜のカレースープ じゃが芋、玉ねぎ、人参 かぼちゃ蒸しパン かぼちゃ、薄力粉	さつま芋のみそ汁 さつま芋、玉ねぎ ぶどうのゼラチンゼリー ぶどうジュース	コンソメスープ 玉ねぎ、人参、しめじ、セロリ	椎茸の中華スープ 椎茸、キャベツ 市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	19日 (土)
厚揚げの肉みそ炒め 厚揚げ、豚肉、椎茸 ピーマン	さんまの蒲焼き さんま、小麦粉	中華丼 豚肉、チンゲン菜、人参 椎茸、白菜、片栗粉	グラタン ブロッコリー、鶏肉、玉ねぎ しめじ、マカロニ、チーズ バター、牛乳、小麦粉 キャベツのツナソテー	かに玉 卵、豚ミンチ、玉ねぎ カニカマ、片栗粉	ナポリタン ウインナー、 玉ねぎ、人参、ピーマン コーン、パスタ、カットマト
ゆかり和え 白菜、人参、もやし、じゃこ ゆかり	里芋と大根の煮物 里芋、大根	ワンタンスープ ワンタン、ひき肉、もやし 人参、ニラ	コンソメスープ 玉ねぎ、人参、コーン、ベーコン	ひじきのナムル ひじき、もやし、ほうれん草 人参、ツナ	鶏と豆腐のわかめスープ 鶏肉、豆腐、わかめ
ほうれん草のかき玉汁 ほうれん草、卵、カニカマ きのこのクリームパスタ しめじ、えのき、ほうれん草 ベーコン、牛乳、コーン、小麦粉	きのこのすまし汁 まいたけ、しめじ、麩 ポップコーン ポップコーン、バター	梨 梨	卵サンド 卵、玉ねぎ、パセリ、食パン	たこ焼き たこ、天かす、青ねぎ、卵	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)	26日 (土)
敬老の日	秋分の日	牛肉のしぐれ煮 牛肉、人参、いんげん つきこん、生姜	鮭ときのこのバター醤油 鮭、きのこ、バター	豚の和風炒め 豚、玉ねぎ、りんごのおろし	ナポリタン ウインナー、 玉ねぎ、人参、ピーマン コーン、パスタ、カットマト
		ブロッコリーのじゃこ和え ブロッコリー、じゃこ	コールスロー キャベツ、人参、ベーコン きゅうり	人参しりしり 人参、キャベツ、コーン、卵 ツナ	
		あおさと豆腐の赤だし あおさ、豆腐	野菜のカレースープ じゃが芋、玉ねぎ、人参	かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ、油揚げ	鶏と豆腐のわかめスープ 鶏肉、豆腐、わかめ
		おはぎ(秋分の日) もち米、米、あずき	フルーツポンチ みかん缶、パイナップル 黄桃缶、白玉粉	たこ焼き たこ、天かす、青ねぎ、卵	市販菓子
		牛乳	牛乳	牛乳	
28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)	☆ お誕生日メニュー ☆ 今月は 4日 (金) です		
あげの卵とじ 油揚げ、卵、玉ねぎ、人参 ねぎ	豚のケチャップ煮 豚肉、じゃが芋、ケチャップ	厚揚げの肉みそ炒め 厚揚げ、豚肉、椎茸 ピーマン			
のり和え もやし、キャベツ、ピーマン 人参、えのき、刻み海苔	マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参 玉ねぎ、ハム、卵	ゆかり和え 白菜、人参、もやし、じゃこ			
さつま芋のみそ汁 さつま芋、玉ねぎ ぶどうのゼラチンゼリー ぶどうジュース	コンソメスープ 玉ねぎ、人参、しめじ、セロリ ポップコーン ポップコーン、バター	ほうれん草のかき玉汁 ほうれん草、卵、カニカマ かぼちゃ蒸しパン かぼちゃ、薄力粉			
牛乳	牛乳	牛乳			

※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください