

# 2022年 9月給食献立

# 幼児

月	火	水	木	金	
			<b>赤飯</b> 精白米 もち米 小豆 <b>肉じゃが</b> 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 糸こんにゃく しめじ 人参 <b>キャベツのみそマヨ和え</b> キャベツ ちくわ 白みそ マヨドレ <b>ほうれん草のみそ汁</b> ほうれん草 京揚げ えのき <b>ツナサンド</b> 食パン シーチキン 玉ねぎ マヨドレ	1 <b>ごはん 昆布佃煮</b> 精白米 昆布 かつお節 <b>かぼちゃのチーズ焼き</b> かぼちゃ ベーコン 玉ねぎ 牛乳 チーズ パン粉 <b>大豆とひじきのサラダ</b> 大豆 ひじき 胡瓜 ゴマドレ <b>卵豆腐のすまし汁</b> 卵豆腐 えのき みつば	
			食パン シーチキン 玉ねぎ マヨドレ	2 <b>バナナマフィン</b> バナナ 小麦粉 牛乳 卵 バター 砂糖	
5 <b>ハヤシライス</b> 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 トマト エリンギ <b>きゅうりのピクルス液け</b> きゅうり パプリカ <b>アロエヨーグルト</b>	6 <b>麦ごはん 味付けのり</b> 精白米 押し麦 味付けのり <b>いわしの梅酢煮</b> いわし 梅酢 紫しそ <b>高野豆腐の煮物</b> 高野豆腐 玉ねぎ 卵 <b>かぼちゃのみそ汁</b> かぼちゃ えのき 京揚げ	7 <b>冷やし中華</b> 中華めん 錦糸卵 ハム きゅうり もやし ごま 生姜 <b>しゅうまい</b> しゅうまい <b>杏仁豆腐</b> 牛乳 寒天 黄桃缶 ブドウ	8 <b>ごはん</b> 精白米 <b>天ぷら</b> えび かぼちゃ さつまいも 卵 玉ねぎ <b>小松菜の土佐煮</b> 小松菜 京揚げ かつお節 <b>キャベツのみそ汁</b> キャベツ ちくわ	9 <b>ごはん</b> 精白米 <b>まんまるお月見コロッケ</b> じゃがいも 玉ねぎ ベーコン チーズ ケチャップ <b>えびだんごのすまし汁</b> えび 白身すり身 豆腐 青ねぎ えのき <b>巨峰</b> 巨峰 <b>お月見だんご</b> 白玉粉 上新粉 こしあん	
12 <b>ごはん</b> 精白米 <b>鶏のから揚げ</b> 鶏肉 生姜 <b>ほうれん草のごま和え</b> ほうれん草 ごま <b>汁麩のみそ汁</b> 汁麩 生わかめ 京揚げ 梨 <b>ハムマフィン</b> ハム 豆腐 小麦粉 ケチャップ 砂糖	13 <b>牛丼</b> 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 えのき 糸こんにゃく 青ねぎ <b>豆腐サラダ</b> 豆腐 きゅうり トマト かつお節 <b>白菜のみそ汁</b> 白菜 京揚げ えのき	14 <b>ロールパン</b> <b>ポテトのミートソース焼き</b> じゃがいも 牛肉 トマト 玉ねぎ 人参 トマト缶 チーズ パン粉 <b>オニオンスープ</b> 玉ねぎ チンゲン菜 ささみ 豚ミンチ コーン 生姜 <b>アボカドサラダ</b> アボカド 花かつお	15 <b>ポパイカレー</b> 精白米 豚肉 ほうれん草 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ <b>野菜サラダ</b> キャベツ きゅうり シーチキン パプリカ ごまドレ <b>フルーツヨーグルト</b> ヨーグルト バナナ 黄桃缶 脱脂粉乳 <b>ごまクッキー</b> ホットケーキ粉 ごま バター	16 <b>麦ごはん とふりかけ</b> 精白米 押し麦 かつおふりかけ <b>おでん</b> じゃが芋 ウインナー 厚揚げ 平天 生姜 <b>スイートトマト</b> トマト 砂糖 <b>はんぺん のすまし汁</b> はんぺん えのき 生わかめ	
		20 <b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>がんもの炊き合わせ</b> がんも かぼちゃ チンゲン菜 さつまいも <b>豚汁</b> 豚肉 豆腐 もやし 青ねぎ <b>白玉みつ豆</b> 白玉粉 上新粉 甘納豆 みかん缶 黄桃缶 寒天 <b>小松菜パウンドケーキ</b> 小松菜 小麦粉 BP バター 砂糖 卵	21 <b>ごはん</b> 精白米 <b>豚肉と野菜の塩こうじ炒め</b> 豚肉 キャベツ 玉ねぎ パプリカ ビーマン 塩麹 <b>きゅうりとしらすの酢の物</b> きゅうり しらす 生わかめ ごま <b>かきたま汁</b> 卵 豆腐 えのき 青ねぎ <b>梨</b> <b>おはぎ</b> もち米 こしあんこ きなこ 砂糖	22 <b>焼きサバちらし</b> 精白米 さば 錦糸卵 しば漬け 干し椎茸 白ごま <b>白菜のおかか和え</b> 白菜 人参 かつお節 <b>ゆばのすまし汁</b> ゆば えのき みつば 絹豆腐 <b>黒糖蒸しパン</b> 小麦粉 黒糖 豆乳 卵	23 秋分の日
26 <b>麦ごはん</b> 精白米 押し麦 <b>さわらの塩焼き</b> さわら <b>切干大根の煮つけ</b> 切干大根 人参 京揚げ <b>じゃがいものみそ汁</b> じゃがいも 玉ねぎ <b>チョコバナナ</b> バナナ チョコレート <b>プレントースト</b> 食パン 卵 牛乳 砂糖 バター	27 <b>ごはん</b> 精白米 押し麦 <b>酢豚</b> 豚レレ 玉ねぎ パイン缶 パプリカ エリンギ <b>春雨サラダ</b> 春雨 きゅうり 人参 ハム すりごま <b>コーンスープ</b> 粒コーン 玉ねぎ エリンギ コーンクリーム 牛乳 <b>大學生</b> さつまいも 砂糖 しょうゆ	28 <b>松たけごはん</b> 精白米 松たけ <b>さんまの塩焼き</b> <b>大根おろし</b> さんま 大根 ポン酢 <b>麩のすまし汁</b> 汁麩 えのき ほうれん草 <b>梨</b> <b>マドレーヌ</b> 小麦粉 バター 卵 砂糖 コーンスターチ	29 <b>さつまいもごはん</b> 精白米 さつまいも <b>筑前煮</b> 鶏肉 じゃがいも ごぼう 人参 こんにゃく <b>生わかめのみそ汁</b> 生わかめ 絹豆腐 えのき みつば <b>漬物</b> たくあん <b>ホットドッグ</b> ロールパン キャベツ ウインナー ケチャップ	30 <b>いなり寿司</b> 精白米 すしあげ 干しいたけ 人参 ごま <b>ブロッコリーのごま和え</b> ブロッコリー すりごま <b>カニカマのすまし汁</b> カニカマ えのき みつば <b>ラスク</b> 食パン 砂糖 バター	

敬老の日

秋分の日