



| 月曜日                        |  | 火曜日           |  | 水曜日                |  | 木曜日               |   | 金曜日   |   | 土曜日   |   |
|----------------------------|--|---------------|--|--------------------|--|-------------------|---|---|---|---|---|
| 11・25                      |  | 12・26         |  | 13・27              |  | 14・28             |   | 1・15・29   |   | 2・16・30   |   |
| ごはん<br>牛肉とキャベツの<br>オイスター炒め | 米 玄米<br>牛肉 キャベツ 玉葱<br>人参 ビーマン エリンギ<br>醤油 三温糖 酒<br>オイスターソース | ごはん<br>赤魚の煮つけ | 米 玄米<br>赤魚 生姜 酒 みりん<br>醤油 三温糖          | 大豆入りひき肉<br>カレーライス  | 米 玄米 合挽肉<br>大豆 玉葱 じゃが芋<br>人参 エリンギ<br>グリーンピース 赤ワイン<br>カレールウ | ごはん<br>鶏のうま煮      | 米 玄米<br>鶏肉 しめじ 人参<br>いんげん かつお 醤油<br>三温糖 みりん 酒 | ごはん<br>豚肉の生姜焼き  | 米 玄米<br>豚肉 玉葱 人参<br>ビーマン 生姜 醤油<br>三温糖 酒 | きつねうどん  | うどん 油揚げ かまぼこ<br>ねぎ みりん 醤油<br>三温糖 かつお 昆布 |
| 切干大根の<br>サラダ               | 切干大根 胡瓜 人参<br>こんにゃく 醤油 三温糖                                 | ひじきの煮物        | ひじき 人参 油揚げ<br>しめじ グリンピース<br>醤油 三温糖 かつお | 海藻サラダ              | 海藻ミックス もやし<br>人参 コーン 酢<br>醤油 三温糖                           | 南瓜の和え物            | 南瓜 さつま芋 胡瓜<br>人参 マヨネーズ 塩                      | 小松菜の<br>おほかた和え  | 小松菜 えのき 人参<br>油揚げ かつお節 醤油<br>三温糖        | オレンジ  |   |
| 中華スープ                      | わかめ 玉葱 舞茸 ごま<br>中華あじ                                       | さつま芋の<br>味噌汁  | さつま芋 玉葱 厚揚げ<br>ねぎ 味噌 かつお               |                    |  | 小松菜の<br>味噌汁       | 小松菜 玉葱 茄子<br>味噌 かつお                           | 豆腐の<br>すまし汁   | 豆腐 じゃが芋 豆苗<br>かつお 醤油                    |   |   |
|                            |  | 鶏レバー          |  |                    |  | ふりかけ              | かつお 醤油 みりん<br>酒 三温糖                           |   |   |   |   |
| ★<br>ツナおにぎり                | 米 ツナ 塩昆布   | ★<br>バナナクッキー  | クッキー※ バナナ<br>ココア                       | ★<br>パイン<br>シャーベット | パイン缶 豆乳  | ★<br>黒ごまチーズパン     | 黒ごま チーズ 強力粉<br>三温糖 塩<br>ドライイースト 油             | ★<br>1・15日<br>みかん寒天<br>牛乳   | みかん缶 粉寒天 三温糖                            | パイ  |   |
| 牛乳                         |  | 牛乳            |  | 牛乳                 |  | 牛乳                |   | 29日<br>月見団子<br>牛乳   |   | 牛乳  |   |
| 4                          | 19   | 6・20          | 7・21                                   | 8・22               | 9  |                   |   |   |   |   |   |
| ごはん                        | 米 玄米   | 炊き込みごはん       | 米 鶏肉 人参<br>しめじ 醤油 みりん<br>酒 昆布 かつお      | 牛丼                 | 米 玄米 牛肉 玉葱<br>人参 エリンギ ねぎ<br>酒 醤油 三温糖<br>みりん                | ごはん               | 米 玄米  | <b>お弁当の日</b>  |   | <b>お弁当の日</b>  |   |
| チャフチェ                      | 豚肉 春雨 人参 ニラ<br>ビーマン エリンギ 玉葱<br>醤油 みりん ごま 酒<br>オイスターソース 三温糖 | 鯖の塩焼き         | 鯖 塩 酒                                  | キャベツの<br>ごまドレサラダ   | キャベツ 人参 コーン<br>ごま マヨネーズ 塩<br>レモン汁                          | サーモン<br>タルタル焼き    | 鮭 卵 玉葱 パセリ<br>マヨネーズ 塩 酒                       | 愛情たっぷりの手作り弁当を<br>お願いいたします。  |   | さくら組お泊り保育<br>お弁当の持参をお願いいたします。   |   |
| 塩昆布和え                      | オクラ えのき じゃこ<br>人参 塩昆布                                      | 里芋の煮物         | 里芋 三温糖 醤油<br>みりん かつお                   | 茄子の<br>味噌汁         | 茄子 もやし しめじ<br>味噌 かつお                                       | 小松菜の<br>おひたし      | 小松菜 人参 パプリカ<br>醤油 三温糖                         |  |   |  |   |
| コンソメスープ                    | 冬瓜 トマト キャベツ<br>玉葱 コンソメ                                     | 胡瓜の酢の物        | 胡瓜 レタス 人参<br>みかん缶 三温糖<br>醤油 酢          |                    |  | じゃが芋の<br>味噌汁      | じゃが芋 玉葱 わかめ<br>味噌 かつお                         | りんごゼリー  |   | りんごジュース ゼラチン<br>三温糖   |   |
|                            |  | チンゲン菜の<br>味噌汁 | チンゲン菜 玉葱 油揚げ<br>味噌 かつお                 | ★<br>ちんすこう         | 小麦粉 三温糖 塩 油  | ★<br>さつま芋<br>おにぎり | 米 さつま芋 黒ごま 塩                                  | 牛乳  |   | せんべい  |   |
| 梨<br>クッキー                  |  | ★<br>ポップコーン   | ポップコーン豆 油 塩                            | 牛乳                 |  | 牛乳                |   | 牛乳  |   | 牛乳  |   |

※献立は都合により変更する場合があります。

★マークは手作りおやつです。

※…原材料に小麦粉・乳・大豆・アーモンドが含まれています。

《9月5日(火) お誕生感謝会》

- ・ひじきごはん…米・ひじき・人参・油揚げ・三つ葉・醤油・みりん・三温糖・かつお
- ・チキンカツ…鶏肉・小麦粉・パン粉・酒・塩・油
- ・さつま芋サラダ…さつま芋・南瓜・胡瓜・パプリカ・三温糖・醤油
- ・玉葱の味噌汁…玉葱・えのき・人参・味噌・かつお

おやつ

- ・★お月見あんみつ…小豆・粉寒天・白玉粉・牛乳・三温糖・食用色素(黄)
- ・牛乳

★9月 旬の食材★

- 胡瓜 小松菜 さつま芋 南瓜 里芋 えのき
- 鯖 梨

