

9月メニュー



日曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	ご飯 鉄野菜たっぷり汁 春雨サラダ (マヨネーズ) バナナ	ヨーグルト お茶 カレー粉ふき芋	プレーンヨーグルト・鶏むね・油揚げ・煮干し (いりこ)・みそ・ロースハム	強化米・はるさめ・マヨネーズ・じゃがいも	にんじん・切干しだいこん・干ししいたけ・かぼちゃ・チンゲンサイ・さやいんげん・きゅうり・バナナ
2 火	ご飯 魚のみりん焼き きゅうりのカリカリ 味噌汁 (豆腐・えのき・わかめ)	牛乳 ビスケット スキムミルク (全乳) りんご サッポロポテトベジタブル	普通牛乳・しいたけ・木綿豆腐・みそ・煮干し (いりこ)・脱脂粉乳	ビスケット・強化米・いりごま・小麦粉あられ	きゅうり・えのきだけ・生わかめ・菜の花・りんご
3 水	ご飯 鶏肉の味噌汁天ぷら トマト 味噌汁 (厚揚げ・茄子・青菜)	バナナ 牛乳 ココアケーキ (バター)	若鶏もも・鶏卵・煮干し (いりこ)・生揚げ・みそ・普通牛乳	強化米・薄力粉・サラダ油・ホットケーキミックス・砂糖・無塩バター	バナナ・菜の花・にんにく・トマト・なす・ほうれんそう
4 木	ご飯 フルコギ すまし汁 (豆腐・かき揚げ・ほうれん草) ぶどう	牛乳 せんべい お茶 チーズの包み揚げ	普通牛乳・牛もも・赤みそ・削り節・木綿豆腐・煮しかな・ほこ・フロセスチース	甘辛せんべい・強化米・砂糖・ごま油・いりごま・ごぼうの皮・サラダ油	にんにく・たまねぎ・にんじん・だいごもやし・キャベツ・にら・ほうれんそう・菜の花・ぶどう
5 金	ご飯 魚の味噌汁 マセドアンサラダ	牛乳 フチロールケーキ スキムミルク (全乳) 人参煮しパン	普通牛乳・しいたけ・みそ・フロセスチース・ロースハム・鶏卵・脱脂粉乳	スポンジケーキ・強化米・じゃがいも・マヨネーズ・煮しパンミックス・無塩バター・砂糖・サラダ油	にんじん・だいごもやし・たまねぎ・菜の花・きゅうり
6 土	五目ラーメン キャベツのごま和え	みかん缶 牛乳 パン	焼き豚・鶏卵・普通牛乳	ごま油・中華めん・砂糖・いりごま・パン (市販用)	みかん缶詰・にんじん・だいごもやし・コーン缶詰・菜の花・ほうれんそう・にんにく・キャベツ
8 月	スタミナカレー れんこんサラダ	牛乳 クッキー フルーツパラダイス	普通牛乳・牛もも・大豆水煮・缶詰・削り節・ロースハム・生クリーム	クッキー・強化米・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・いりごま	にんにく・しょうが・たまねぎ・にんじん・りんご・トマトケチャップ・ゆでれんこん・きゅうり・かいわれ・みかん缶詰・もも缶詰・バナナ
9 火	ご飯 魚のタヤキソース ポイルキャベツ 味噌汁 (厚揚げ・大根) りんご	牛乳 ピコラ スキムミルク (全乳) せんべい	普通牛乳・しいたけ・煮干し (いりこ)・生揚げ・みそ・脱脂粉乳	ビスケット・強化米・薄力粉・マヨネーズ・砂糖・甘辛せんべい	にんじん・キャベツ・だいごもやし・菜の花・りんご
10 水	ご飯 筑前煮 キャベツの味噌マヨネーズ和え (ひじき)	プリン お茶 小魚お焼き	若鶏もも・油揚げ・焼き竹輪・ツナ缶詰・みそ・しらす干し・鶏卵	カスタードプリン・強化米・さとう・こんにゃく・砂糖・マヨネーズ・薄力粉	かぼちゃ・さやいんげん・にんじん・キャベツ・ひじき・あおのり・ヨネーズ・薄力粉
11 木	ご飯 麻婆茄子 味噌汁 (南瓜・人参・玉葱) オレンジ	もも缶 牛乳 ハートパイ	木綿豆腐・ぶたひき肉・みそ・煮干し (いりこ)・普通牛乳	強化米・ごま油・サラダ油・片栗粉・砂糖・パイ皮・グラニュー糖	もも缶詰・なす・にんじん・にら・根菜類・にんにく・しょうが・かぼちゃ・たまねぎ・菜の花・オレンジ
12 金	ご飯 秋のお魚ときのこのおろし煮 豆乳汁 梨	牛乳 コーンフレーク 牛乳 フレンチスコーン	普通牛乳・べにざけ・かつお節・調整豆乳・みそ・削り節・鶏卵・生クリーム	コーンフレーク・強化米・片栗粉・サラダ油・砂糖・じゃがいも・薄力粉・無塩バター・グラニュー糖	だいごもやし・菜の花・ぶなしめじ・生しいたけ・まいだけ・にんじん・やし
13 土	鶏飯 きゅうりの土佐和え	りんご 牛乳 お菓子	若鶏むね・鶏卵・削り節・普通牛乳	砂糖・強化米・小麦粉あられ	りんご・しょうが・干ししいたけ・菜の花・焼きのり・きゅうり
16 火	ご飯 スタミナ豚汁 わくわくサラダ バナナ	牛乳 クラッカー スキムミルク (全乳) セサミクッキー	普通牛乳・ぶたもち・木綿豆腐・みそ・ロースハム・脱脂粉乳・鶏卵	スナッククラッカー・強化米・じゃがいも・ごま油・はるさめ・マヨネーズ・有塩バター・いりごま・薄力粉・砂糖	キャベツ・たまねぎ・にんじん・にら・にんにく・きゅうり・青ピーマン・バナナ
17 水	鮭ピラフ トルティージャ キャベツとチーズのサラダ 中華風スープ (たけのこ)	ブルーチェーズ 牛乳 ロールケーキ	ブルーチェーズ・普通牛乳・べにざけ・ロースハム・鶏卵・フロセスチース	有塩バター・強化米・じゃがいも・オリーブ油・マヨネーズ・スポンジケーキ・粉糖	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・ぶなしめじ・パセリ・キャベツ・きゅうり・たけのこ水煮缶詰・生しいたけ・にら・いちご
18 木	ご飯 鶏肉のクリーム煮 卵の物 (キャベツ・人参・南瓜・わかめ)	バナナ スキムミルク (全乳) オレンジ せんべい	若鶏むね・普通牛乳・脱脂粉乳	強化米・サラダ油・じゃがいも・有塩バター・薄力粉・砂糖・塩せんべい	バナナ・にんじん・たまねぎ・グリーンピース・きゅうり・キャベツ・カットわかめ・オレンジ
19 金	スパゲティ・ナポリタン たっぷり野菜スープ ぶどう	牛乳 白い風船 牛乳 米粉の焼きドーナツ	普通牛乳・ベーコン・粉チーズ・大豆水煮缶詰・絹ごし豆腐	塩せんべい・スパゲティ・サラダ油・砂糖・オリーブ油・米粉・無塩バター	にんじん・たまねぎ・青ピーマン・ぶなしめじ・トマトケチャップ・キャベツ・フロッコリー・ぶどう
20 土	豆腐丼 味噌汁 (玉葱・えのき・わかめ)	牛乳 卵ボーロ オレンジジュース パン	普通牛乳・木綿豆腐・鶏卵・みそ・煮干し (いりこ)	衛生ボーロ・砂糖・強化米・パン (市販用)	たまねぎ・根菜類・干ししいたけ・切りみつば・にんじん・えのきだけ・カットわかめ・菜の花・オレンジジュース
22 月	ご飯 貝だくさんしょうがスープ コールスローサラダ	プリン スキムミルク (全乳) ベジタベル	ベーコン・脱脂粉乳	カスタードプリン・強化米・ごま油・マヨネーズ・小麦粉あられ	キャベツ・にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ・しょうが・にんにく・菜の花・コーン缶詰

17日(水)
誕生会です。



19日(金)

絵本・おはなし

給食Day

