

# 9月 献立表

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
2	30	月 キーマカレー マカロニサラダ バナナ	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ホールトマト缶詰、油 カレー粉、ケチャップ、砂糖、食塩、ウスターソース、水 マカロニ、にんじん、きゅうり、マヨドレ、食塩 バナナ	牛乳 牛乳 麩ラスク 焼ふ、グラニュー糖、無塩バター
3	17	火 ごはん 豚肉のしょうが焼き キャベツの和風サラダ 豆腐のみそ汁	米 豚肉、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油 キャベツ、マヨドレ、かつお節、和風だしの素 木綿豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 月見だんご 白玉粉、上新粉、グラニュー糖、水、きな粉
4	18	水 ミートソーススパゲティ フロッコリーとコーンのサラダ オニオンスープ	スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、にんにく、小麦粉、油 水、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、砂糖、食塩 フロッコリー、コーン缶、マヨドレ、食塩 たまねぎ、水、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 かぼちゃケーキ かぼちゃ、無塩バター、グラニュー糖 卵、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳
5	19	木 ごはん ミートローフ パスタサラダ コンソメスープ	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、食塩、ナツメグ、パン粉、牛乳、卵 ケチャップ、ウスターソース スパゲティ、ハム、きゅうり、にんじん、食塩、マヨドレ コーン缶、レタス、水、洋風だしの素、食塩	お茶 麦茶 いちごジャムヨーグルト ヨーグルト、いちごジャム
6	20	金 ごはん さばの竜田揚げ ひじきの煮物 キャベツのみそ汁	米 さば、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油 ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖 キャベツ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 バターサフレ 小麦粉、無塩バター、グラニュー糖、卵、食塩
7	21	土 豚丼 さつまいもの煮物 わかめのみそ汁	米、豚肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、かつお・昆布だし汁 さつまいも、しょうゆ、砂糖、みりん カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 フルーツポンチ もも缶、みかん缶
9	月	カツとじ丼 ほうれん草の海苔和え えのきたけのすまし汁	米、豚肉、食塩、小麦粉、卵、パン粉、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みりん、酒、砂糖、たまねぎ、卵 ほうれんそう、焼きのり、しょうゆ、砂糖、みりん えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 水ようかん こしあん、粉かんでん、水
10	24	火 ごはん 鶏肉のかぼ焼き きゅうりの梅肉和え 油揚げのみそ汁	米 鶏もも肉、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ、みりん、かつお・昆布だし汁、水 きゅうり、うめ干し、しょうゆ、砂糖、酢 油揚げ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 おはぎ 米、もち米、水、きな粉、グラニュー糖 食塩、つぶあん
11	25	水 ロールパン ポークビーンズ ポテトサラダ	ロールパン 大豆、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、トマトピューレ、水 バセリ粉、ケチャップ、砂糖、しょうゆ、食塩 じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨドレ、食塩	お茶 麦茶 牛しぐれおにぎり 米、食塩、牛肉、しょうが、しょうゆ、砂糖
12	26	木 炊き込みご飯 鮭の塩焼き かぼちゃの煮物 お麩のみそ汁	米、鶏もも肉、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 さけ、食塩 かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 焼ふ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 すいか、星食べよ すいか、星食べよ
13	27	金 みそラーメン もやしの中華ナムル フルーツポンチ	中華めん、豚肉、にんじん、たまねぎ、もやし、コーン缶、キャベツ 中華だしの素、米みそ、水 もやし、きゅうり、ハム、しょうが、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、砂糖、酢 もも缶、パイン缶、みかん缶	牛乳 牛乳 のりマヨトースト 食パン、マヨドレ、あおのり
14	土	焼き肉丼 ほうれん草のお浸し わかめスープ	米、牛肉、たまねぎ、焼き肉のたれ ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、みりん カットわかめ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	お茶 麦茶 ぶどうゼリー ぶどうジュース、水、アガー、グラニュー糖

※延長おやつは、星食べよ・ぽたぽた焼きを提供します。