

9月 こんだて

日(曜)	朝おやつ(1・2歳)	お昼のこんだて	3時のおやつ	延長食	力のもとになる	血や肉をつくる	体の調子をととのえる	調味料
1・29(月)	牛乳	ごはん 鮭のコンソメ焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁(チンゲン菜・なめこ)	ケチャップライス 牛乳	ベビースティック 麦茶	七分つき米・精白米 マーガリン 三温糖 砂糖・サラダ油	鮭・高野豆腐 ウインナー 牛乳	人参・ひじき・大根・いんげん チンゲン菜・なめこ・ピーマン 玉葱・コーン缶	醤油・酒・コンソメ・塩 みりん・味噌・ケチャップ 煮干しだし・昆布だし
2・16・30(火)	牛乳	ごはん きのこ入りカレー ツサラダ ニラスープ(ニラ・もやし)	ミルクプリン(きな粉がけ) 牛乳	ミニのりすけ 麦茶	七分つき米・じゃが芋 砂糖・ごま油・サラダ油	鶏もも肉・ツナ缶 きな粉・ゼラチン 牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム しめじ・切干大根・きゅうり・もやし ニラ・ひじき	カレールウ・醤油・酢 コンソメ・塩
3・17(水)	牛乳	ごはん レンコン入りシュウマイ 春雨サラダ 味噌汁(キャベツ・麩) 梨	シュガートースト 牛乳	きなこせんべい 麦茶	七分つき米・春雨・麩 シュウマイの皮・食パン マーガリン・グラニュー糖 砂糖・ごま油・サラダ油	豚ひき肉・豆腐 かにかま・高野豆腐 牛乳	玉葱・レンコン・人参・きゅうり キャベツ・梨・ひじき	醤油・塩・酢・味噌 煮干しだし・昆布だし
4・18(木)	牛乳	ごはん 鱈の唐揚げ ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(豆腐・わかめ)	チキンナゲット 牛乳	ベビースティック 麦茶	七分つき米 片栗粉・薄力粉 マヨドレ(卵なし) 砂糖・サラダ油	鱈・かまぼこ・かつお節 豆腐・鶏ひき肉 牛乳	ブロッコリー・人参・コーン缶 わかめ・生姜	醤油・みりん・酒 味噌・ケチャップ・塩 煮干しだし・昆布だし
5・19(金)	牛乳	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き もやしの中華和え すまし汁(かまぼこ・三つ葉)	サンマーメン 牛乳	ミニのりすけ 麦茶	七分つき米・ごま 中華麺・片栗粉 砂糖・ごま油・サラダ油	鶏もも肉・ハム かまぼこ・豚ひき肉 牛乳	もやし・きゅうり・人参 三つ葉・ニラ・ひじき	醤油・味噌・みりん・酒 酢・塩・鶏がら かつおだし・昆布だし オイスターソース
6・20(土)	牛乳	ハヤシライス 水菜のサラダ ポテトスープ(じゃが芋・パセリ)	鉄分入りヨーグルト 小魚せんべい 牛乳	なし	七分つき米 じゃが芋 小魚せんべい 砂糖・ごま油・サラダ油	豚もも肉・鉄ヨーグルト ツナ缶 牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム 水菜・ひじき・パセリ缶	ハヤシルウ・醤油・酢 コンソメ・塩
8・22(月)	牛乳	ごはん かれのいの煮付け 塩ナムル 味噌汁(さつま芋・万能葱) バナナ	黒糖マフィン 牛乳	きなこせんべい 麦茶	七分つき米・さつま芋 ホットケーキミックス 黒砂糖・マーガリン 砂糖・ごま油	かれのい 牛乳	生姜・もやし・ほうれん草・人参 ひじき・万能葱 バナナ	醤油・みりん・酒 鶏がら・塩・味噌 煮干しだし・昆布だし
9(火)	牛乳	ごはん チーズ入りつくね 枝豆 味噌汁(ほうれん草・油揚げ)	焼きそば 牛乳	ベビースティック 麦茶	七分つき米 中華麺・パン粉 砂糖・サラダ油	鶏ひき肉・豆腐 チーズ・油揚げ 豚もも肉・高野豆腐 牛乳	枝豆・ほうれん草・玉葱 キャベツ・青海苔	味噌・みりん・酒・塩 煮干しだし・昆布だし ソース・醤油
10・24(水)	牛乳	ごはん ホキのケチャップあんかけ ブロッコリーのサラダ オニオンスープ(玉葱・しめじ) 納豆	若菜おにぎり 牛乳	ミニのりすけ 麦茶	七分つき米 片栗粉 砂糖・ごま油・サラダ油	ホキ・納豆 牛乳	ブロッコリー・コーン缶 玉葱・人参・しめじ 若菜おにぎりの素・海苔	ケチャップ・みりん・醤油 酒・酢・コンソメ・塩
11・25(木)	牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き きゅうりとみかんのサラダ 味噌汁(小松菜・大根)	11日: きな粉サンド 25日: (誕生日ケーキ) さつま芋ケーキ 牛乳	きなこせんべい 麦茶	七分つき米・春雨 食パン・マーガリン ホットケーキミックス・さつま芋 砂糖・ごま油・サラダ油	豚もも肉 きな粉・豆乳 生クリーム・牛乳	生姜・玉葱・きゅうり・みかん缶 ひじき・わかめ 小松菜・大根	醤油・みりん・酒・酢 味噌 煮干しだし・昆布だし
12・26(金)	牛乳	ふんわり食パン エビフライ コールスローサラダ かにかまスープ(かにかま・コーン) りんご	ひじきご飯 牛乳	ベビースティック 麦茶	ふんわり食パン・七分つき米 薄力粉・パン粉 三温糖 砂糖・ごま油・サラダ油	エビ・チーズ かにかま 鶏ひき肉 牛乳	キャベツ・人参・きゅうり コーン缶・りんご ひじき	塩・酢・コンソメ・醤油 ソース・ケチャップ みりん・酒
13・27(土)	牛乳	ごはん タンドリーチキン ほうれん草の和え物 味噌汁(白菜・えのき)	ホットケーキ 牛乳	なし	七分つき米・メープルシロップ マーマレードジャム ホットケーキミックス 砂糖・ごま油	鶏もも肉・竹輪 ヨーグルト 牛乳	ほうれん草・人参・ひじき 白菜・えのき	カレー粉・醤油・塩・酢 味噌 かつおだし

* 材料の都合によりメニューに変更があることをご了承ください。

< 献立作成者 > 久保田

末吉にこここ保育園

* 完了食は白米を使用します。

* 完了食のりんご・梨は加熱して提供します。

* 卵・そば・さば・魚卵・ピーナッツ・ナッツ類(栗、ココアは使用)・山芋・キウイ・イカは献立に使用しません。