

9月の献立

持子保育園

日	曜日	献立	主な食材	おやつ	日	曜日	献立	主な食材	おやつ
1	火	豆腐とひじきの焼き物 大豆カレー コンソメスープ	鶏挽肉 豆腐 ひじき 玉葱 コーン 豚挽肉 大豆 ｺｰﾝ 人参 玉葱 いんげん ちくわ ウィナー チンゲン菜 わかめ 人参 ジャが芋	牛乳 お菓子	15	火	さつま揚げ ひじき豆腐 清 汁	たらのすり身 れんこん 人参 玉葱 コーン 鶏挽肉 ひじき 人参 筍 しめじ いんげん 豆腐 大根 わかめ 薄揚げ 色板 南瓜 白菜	牛乳 チーズケーキ
2	水	パン グラタン 南瓜のｸﾘｰﾑ-ｻﾗﾀﾞ コーンチャウダー	ワッサンデニッシュ 鶏挽肉 ツナ ｺﾏｺﾞ 玉葱 人参 ｺｰﾝ ﾏｯｼｬﾙ-ﾑ ﾊﾟ 南瓜 玉葱 いんげん 人参 ウィナー 人参 玉葱 ジャが芋 しめじ ｸﾘｰﾑ-ｺｰﾝ	牛乳 芋うち団子	16	水	パン 鶏のパン粉焼き ほうれん草のソテー コーンチャウダー	クリームエスカルゴ 鶏肉 ツナ ほうれん草 人参 コーン えりんぎ ウィナー 人参 玉葱 ジャが芋 マッシュルーム ｸﾘｰﾑ-ｺｰﾝ	牛乳 おやき
3	木	ブリの竜田揚げ ひじきのかわりに 味噌汁	ブリ 白葱 ﾊﾞｰﾝ ひじき 人参 玉葱 コーン いんげん 豆腐 薄揚げ 色板 さつま芋 わかめ 大根	牛乳 ルマンドマフィン	17	木	鮭とじゃが芋の味噌 バター ﾌﾞﾛｯｺﾘ-のｸﾘｰﾑ煮 コンソメスープ	鮭 ジャが芋 葱 ほたて ﾌﾞﾛｯｺﾘ- 人参 ｺｰﾝ 玉葱 大根 人参 南瓜 白菜 ベーコン わかめ	牛乳 お菓子
4	金	宝 袋 ビーフン かきたまｽｰﾌﾟ	鶏挽肉 寿司揚げ うずら卵 人参 糸こんにゃく 葱 焼き豚 ビーフン ほたて 人参 ｺｰﾝ ｺﾗ 玉葱 卵 わかめ 南瓜 ちくわ ちんげん菜 豆腐	クロレラ お菓子	18	金	もち米しゅうまい 人参の白和え かき玉スープ	豚挽肉 しいたけ 筍 玉葱 もち米 人参 れんこん コーン いんげん 豆腐 卵 わかめ ちんげん菜 ちくわ 薄揚げ きゃべつ	牛乳 プリン
5	土	親子丼 味噌汁 フルーツ	鶏肉 人参 玉葱 しめじ 葱 卵 豆腐 わかめ 人参 ほうれん草 なすび りんご	お菓子	19	土	味噌ラーメン 牛肉とごぼうの炒め物 フルーツ	焼き豚 中華そば 人参 玉葱 葱 わかめ 牛肉 ごぼう 人参 いんげん 玉葱 コーン バナナ	お菓子
7	月	カレイのきのこあんかけ ほうれん草の炒り煮 清 汁	カレイ しめじ えのき 葱 しらす干し ほうれん草 薄揚げ 人参 ｺｰﾝ 色板 人参 玉葱 南瓜 わかめ 大根	牛乳 ｸﾞﾗﾝ-ｸﾘｰ-ｷｰｷ	23	水	じゃこご飯 カレイの照り焼き 焼き豚ともやしの 中華ミルク煮 清 汁	しらす干し カレイ 焼き豚 もやし ｺﾗ ｺｰﾝ 人参 豆腐 ほうれん草 ちくわ 人参 わかめ もやし	牛乳 チーズホットク
8	火	タンドリーチキン スパゲティー コンソメスープ	鶏肉 ﾊﾞｰﾝ ﾋﾞｰﾏﾝ 玉葱 人参 しめじ スパゲティー ウィナー 人参 玉葱 ジャが芋 ちんげん菜 なすび	牛乳 フロランタン	24	木	つくね焼き ひじきのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 和 コンソメスープ	鶏挽肉 葱 玉葱 ﾊﾞﾝ ﾋﺟﯩﻜﯩ 人参 ｺｰﾝ 胡瓜 大根 人参 ﾜﯩﾅｰ 玉葱 南瓜 わかめ	牛乳 アップルパイ
9	水	鮭わかめご飯 ハンバーグ ポテトサラダ かきたまｽｰﾌﾟ フルーツゼリー	鮭ﾌﾚｰｸ わかめふりかけ 合挽肉 玉葱 ﾊﾟ ﺟﺎが芋 玉葱 人参 コーン 胡瓜 卵 わかめ 南瓜 大根 ちくわ 薄揚げ みかん缶	ジョア スクエアカスタード	25	金	ナゲット マカロニカレー かき玉スープ	鶏挽肉 豆腐 豚挽肉 ﾋﾞｰ-ﾝ 玉葱 人参 コーン マカロニ キャベツ 卵 わかめ ジャが芋 人参 ちんげん菜 もやし	クロレラ お菓子
10	木	鮭の葱ゴマ焼 ささみサラダ 味噌汁	鮭 葱 ささみ 人参 胡瓜 もやし 玉葱 豆腐 わかめ 人参 玉葱 南瓜 薄揚げ	牛乳 お菓子	26	土	ぎつねうどん ごぼうサラダ フルーツ	うどん 寿司揚げ 人参 玉葱 葱 ﾊﾞﾝ ごぼう 人参 いんげん コーン オレンジ	お菓子
11	金	肉団子 ツナと胡瓜の さっぱりサラダ カレースープ	豚挽肉 玉葱 筍 しいたけ ツナ コーン 胡瓜 大根 人参 春雨 牛肉 人参 玉葱 ジャが芋 薄揚げ ほうれん草	クロレラ お菓子	28	月	鮭のかわり焼き ｸﾞﾗﾝ-ｸﾘｰ- ポークビーンズ 味噌汁	鮭 卵 たくあん 豚挽肉 大豆 玉葱 人参 いんげん ﾎｰﾙﾄﾞｯﾄ 豆腐 わかめ もやし 南瓜 大根 えのき	牛乳 フリアン
12	土	中華丼 野菜スープ フルーツ	豚肉 人参 しめじ 筍 ちんげん菜 しいたけ わかめ 絹厚揚げ 人参 玉葱 キャベツ 大根 りんご	お菓子	29	火	ちゃんぽん麺 ほうれん草のにびたし フルーツ	豚挽肉 中華そば もやし 人参 玉葱 きゃべつ しいたけ しらす干し ほうれん草 人参 薄揚げ オレンジ	牛乳 お菓子
14	月	カレーライス 大根サラダ フルーツ	牛肉 人参 玉葱 ジャが芋 なすび ほたて 大根 コーン 人参 キャベツ 胡瓜 梨	カルピス ﾏｼﾞﾏｯﾄ	30	水	鶏のトマト煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘ-ｻﾗﾀﾞ コンソメスープ	鶏肉 人参 ﾏｯｼｬﾙ-ﾑ 玉葱 いんげん コーン しめじ ベーコン ﾌﾞﾛｯｺﾘ- 玉葱 卵 人参 ほたて 人参 大根 なすび ﾜﯩﾅｰ ちんげん菜 ジャが芋	牛乳 お菓子



アップルパイ

9月12日クッキングです
アップルパイを作ります

夕間食はおにぎりです

パイ生地に煮込んだリンゴを乗せ、半分に折り、
開いてる三方をフォークの背でとめる
上面に3か所空気穴をあけ、形を整え、卵をぬる。