

2024年 9月分献立表

ふらっと保育園

日	曜日	献立名	材 料 名			おやつ	午 前	
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		午後	
2	月	きのこハヤシライス 海藻サラダ キャベツスープ 麦茶	調合油 精白米 うるち米 片栗粉 上白糖、グラニュー糖 オリーブ油、小町麩 ごま油、バター	豚肉 牛乳	パセリ粉 トマト缶 コーンホール缶詰 キャベツ、えのきたけ カットわかめ、きゅうり ぶなしめじ、たまねぎ	クラッカー 麦茶 牛乳 麩ラスク 麦茶 牛乳		
3	火	わかめごはん 赤魚のおろし煮 ジャーマンさつま みそ汁(小松菜、人参) 麦茶	精白米 うるち米 上白糖 オリーブ油 さつまいも マカロニ 白玉粉、片栗粉	赤魚 アレルギーフリーウイナー みそ アレルギーフリーベーコン 牛乳 豆腐	カットわかめ にんじん だいこん しょうが こまつな 青ピーマン、たまねぎ	せんべい 麦茶 牛乳 3日:マカロニナポリタン 17日:お月見団子 麦茶、牛乳		
4	水	ごはん 厚揚げのみそ炒め きのこスープ 果物(なし) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖 オリーブ油 餃子の皮、ポテト アレルギーフリーカレーウ	豚肉 生揚げ アレルギーフリーベーコン みそ 豚ひき肉 牛乳	キャベツ まいたけ ぶなしめじ にんじん なし たまねぎ	ビスケット 麦茶 牛乳 サモサ 麦茶 牛乳		
5	木	ごはん 鱈のしょうゆ焼 ごま和え(ほうれん草、もやし) みそ汁(ズッキーニ、油あげ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 白ごま 上白糖 精白米 もち米	油揚げ みそ さわら 牛乳 きなこ あんこ	スッキーニ りょくとうもやし ほうれんそう	ヨーグルト 麦茶 5日:五平もち 19日:おはぎ(あんこ、きなこ) 牛乳		
6	金	ごはん 筑前煮 オクラとトマトの中華サラダ みそ汁(麩、わかめ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 小町麩 さといも、バター 上白糖、ごま油 ホットケーキミックス粉	鶏肉 みそ 牛乳	乾しいたけ トマト カットわかめ オクラ れんこん、かぼちゃ にんじん、しらたき	せんべい 麦茶 牛乳 南瓜マフィン 麦茶 牛乳		
7	土	そぼろあんかけ冷麦 スープ(じゃが芋、しめじ) 果物(もも缶) 麦茶	調合油 片栗粉 上白糖 オリーブ油 ひやむぎ じゃがいも、パン	鶏ひき肉 みそ 牛乳	黄桃缶 トマト ぶなしめじ きゅうり	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳		
9	月	三色丼(コーン) 切干と人参のサラダ みそ汁(茄子、ほうれん草) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖 食パン	豚ひき肉 みそ プロセスチーズ 牛乳	切干大根 いんげん コーンホール缶詰 ほうれんそう にんじん なす、たまねぎ	クラッカー 麦茶 牛乳 チーズトースト 麦茶 牛乳		
10	火	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 冬瓜と胡瓜のゆかり和え すまし汁(豆腐、ねぎ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖 バター さつまいも	豆腐 みそ さけ 牛乳	キャベツ ぶなしめじ ふりかけ ゆかり ねぎ にんじん とうがん、きゅうり	せんべい 麦茶 牛乳 スイートポテト 麦茶 牛乳		
11	水	ごはん 鶏のパン粉焼き 野菜のトマト煮 みそ汁(チンゲン菜、もやし) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 乾燥パン粉 上白糖 ノンエッグマヨネーズ オリーブ油、干しうどん	鶏肉 アレルギーフリーベーコン みそ 油揚げ 牛乳	パセリ粉 チンゲンサイ スッキーニ りょくとうもやし なす、ねぎ たまねぎ	ビスケット 麦茶 牛乳 きつねうどん 麦茶 牛乳		
12	木	ごはん 太刀魚の南蛮漬 キャベツとゴーヤのやみつきサラダ みそ汁(里芋、しめじ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 白ごま 片栗粉 さといも、パパロアの素 上白糖、ごま油	たちうお みそ 牛乳	青ピーマン 焼きのり キャベツ ぶなしめじ にんじん にがうり、たまねぎ	ヨーグルト 麦茶 パパロアムース 麦茶 牛乳		
13	金	ごはん 豚肉と茄子のスタミナ炒め みそ汁(南瓜、いんげん) 果物(ぶどう) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖	豚肉 みそ 鶏ひき肉 高野豆腐 牛乳	いんげん エリンギ ぶどう にんにく なす、かぼちゃ たまねぎ、しょうが	せんべい 麦茶 牛乳 高野そぼろおにぎり 麦茶 牛乳		
14	土	和風スパゲティ スープ(かぶ、人参) 果物(パイン缶) 麦茶	スパゲティ オリーブ油 パン	アレルギーフリーベーコン 牛乳	焼きのり パセリ粉 パイン缶 ほうれんそう にんじん、しいたけ たまねぎ、かぶ	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳		
25	水	【お誕生日会】 ケチャップライス ハンバーグ ブロッコリー炒め みそ汁(大根、わかめ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 ポテト 乾燥パン粉 上白糖 オリーブ油、フリカットケーキ	豚ひき肉 みそ ホイップクリーム 牛乳	グリーンピース ブロッコリー コーンホール缶詰 カットわかめ だいこん たまねぎ、みかん缶	ビスケット 麦茶 牛乳 【お誕生日おやつ】 お誕生日ケーキ 麦茶、牛乳		

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。