

月	火	水	木	金	土
8月31日					1
梅わかめごはん 梅肉・油揚げ・わかめ・大葉・しょうゆ・酒 鶏肉のしょうが焼き 鶏もも肉・しょうが・しょうゆ・みりん・酒 チンゲン菜の酢の物 チンゲン菜・人参・レタス・しょうゆ・酢・べんり酢 清汁 かぶ・オクラ・カイワレ大根・しょうゆ・塩					中華丼 豚肉・玉ねぎ・オクラ・チンゲン菜・人参・塩麴 しょうゆ・三温糖・片栗粉・ごま油 清汁 ほうれん草・大根・しょうゆ・塩
カルピスケーキ 牛乳 ホットケーキmix・ヨーグルト・カルピス・牛乳					おにぎり りんご かつお・しょうゆ
3	4	5	6	7	8
ピラフごはん ベーコン・玉ねぎ・人参・コーン・三度豆・しょうゆ・みりん さばのごま焼き さば・ごま・しょうゆ・三温糖・みりん・酒 みそドレサラダ チンゲン菜・キャベツ・パプリカ(赤)・白みそ・梅肉・酢・三温糖・油 清汁 ごぼう・もやし・わかめ・しょうゆ・塩	焼きコロッケ 豚ミンチ・じゃがいも・玉ねぎ・片栗粉・塩麴・パン粉・油 切り干し大根の炒め煮 切り干し大根・人参・水菜・しょうゆ・三温糖 納豆和え ひきわり納豆・小松菜・モロヘイヤ・オクラ・人参・しょうゆ・かつお みそ汁 なす・白菜・みそ	白身魚の野菜ソース 白身魚・塩麴・片栗粉・トマト・ズッキーニ・セロリ バルサミコ酢・オリーブ油・塩 ごぼうの土佐煮 ごぼう・人参・かつお・しょうゆ・三温糖 ピーマン炒め ピーマン・カラーピーマン・玉ねぎ・しょうゆ・三温糖・油 豆乳スープ 豆乳・レタス・しめじ・しょうゆ・塩・コンソメ	豚肉のねぎ塩炒め 豚肉・玉ねぎ・アスパラ・ねぎ・みりん・塩麴・油 焼きじゃがいも じゃがいも・エリンギ・パセリ・しょうゆ・みりん 磯辺和え もやし・きゅうり・人参・焼きのり・しょうゆ みそ汁 とうがんと油揚げ・チンゲン菜・みそ	鶏肉の黒酢あん 鶏もも肉・塩麴・片栗粉・玉ねぎ・オクラ・しょうゆ・三温糖・黒酢 れんこんのみそ炒め れんこん・しめじ・コーン・三温糖・みりん・しょうゆ・みそ・ごま油 ゴーヤサラダ ツナ・ゴーヤ・キャベツ・人参・マヨドレ・三温糖・塩 清汁 長いも・ほうれん草・とろろ昆布・しょうゆ・塩	トマトスパゲティ 豚肉・トマト・玉ねぎ・なす・ピーマン・人参・塩・三温糖・しょうゆ・オリーブ油・スパゲティ スープ かぼちゃ・えのき・しょうゆ・塩・コンソメ
ココア蒸しパン 牛乳 米粉・ココア・BP・三温糖・豆乳・油・酢	ジャムパン 牛乳 食パン・ジャム	かぼちゃかん すいか 牛乳 かぼちゃ・寒天・三温糖・塩・水	おにぎり チーズ りんご 小松菜・ごま・しょうゆ・ごま油	ボンデケーキ 牛乳 白玉粉・塩・チーズ・油・豆乳	おにぎり りんご ゆかり粉
10 山の日	11	12	13 家庭保育協力日	14 家庭保育協力日	15 家庭保育協力日
	鶏肉の甘辛焼き 鶏もも肉・しょうゆ・三温糖・片栗粉 煮浸し チンゲン菜・白菜・人参・油揚げ・しょうゆ・三温糖・片栗粉 かつお和え キャベツ・きゅうり・パプリカ(赤)・かつお・しょうゆ みそ汁 もやし・水菜・しめじ・みそ	白身魚の磯辺焼き 白身魚・青のり・しょうゆ・みりん・酒 ひじき煮 ひじき・人参・小松菜・つきこんにやく・しょうゆ・三温糖 マカロニサラダ マカロニ・三度豆・人参・コーン・マヨドレ・しょうゆ・塩 スープ 大根・ズッキーニ・にら・しょうゆ・塩・コンソメ	ジャージャー麺 豚ミンチ・玉ねぎ・もやし・人参・きゅうり・ねぎ・しょうゆ・三温糖・みりん・ごま油・みそ・片栗粉・乾麺 清汁 じゃがいも・白菜・しょうゆ・塩	和風スパゲティ ツナ・玉ねぎ・キャベツ・人参・えのき・三度豆・しょうゆ・みりん・塩・油・スパゲティ 清汁 かぼちゃ・わかめ・ゆば・しょうゆ・塩	マーボー丼 豚ミンチ・しょうが・玉ねぎ・なす・ピーマン・人参・にら・しょうゆ・みそ・三温糖・塩麴・ごま油 清汁 チンゲン菜・もやし・しょうゆ・塩
	ミルククリームパン 牛乳 食パン・牛乳・三温糖・コーンスターチ	おにぎり チーズ りんご わかめ・しょうゆ	ぶどうゼリー 果物 牛乳 ぶどうジュース・三温糖・寒天・水	黒糖わらび餅 果物 牛乳 わらび餅粉・黒糖・水	おにぎり りんご 梅肉・かつお・しょうゆ
17	18	19	20	21	22
中華風炊き込みごはん 豚ミンチ・人参・れんこん・コーン・しょうゆ・みりん・ごま油 鮭の西京焼き 生鮭・白みそ・塩麴・みりん・しょうゆ・酒 ゆかり和え 小松菜・キャベツ・きゅうり・ゆかり粉・しょうゆ 清汁 豆腐・なめこ・わかめ・しょうゆ・塩	豚肉とピーマン炒め 豚肉・玉ねぎ・ピーマン・なす・しょうゆ・三温糖・酒・油 煮豆 大豆水煮・人参・つきこんにやく・昆布・しょうゆ・三温糖 ナムル ほうれん草・もやし・人参・ごま油・しょうゆ・三温糖 みそ汁 ごぼう・白ねぎ・焼き麴・みそ	鶏肉の照り焼き 鶏もも肉・酒・しょうゆ・三温糖・酢 かぼちゃのバター焼き かぼちゃ・バター・しょうゆ 厚揚げの甘酢炒め 厚揚げ・チンゲン菜・白菜・人参・しょうゆ・三温糖・酢・ケチャップ・片栗粉 清汁 干しとうもろ・キャベツ・豆苗・しょうゆ・塩	白身魚のムニエル 白身魚・塩麴・小麦粉・油 ズッキーニのカレー炒め 豚ミンチ・玉ねぎ・ズッキーニ・セロリ・三温糖・しょうゆ・カレー粉・オリーブ油 さっぱりサラダ 小松菜・レタス・人参・かぼす果汁・しょうゆ・べんり酢 スープ 長いも・もやし・三つ葉・しょうゆ・塩・コンソメ	手羽元のみそマヨ焼き 手羽元・みそ・マヨドレ・しょうゆ・みりん ゴーヤのおかか炒め ゴーヤ・れんこん・コーン・玉ねぎ・かつお・しょうゆ・三温糖・油 甘酢和え きゅうり・じゃがいも・人参・油揚げ・しょうゆ・べんり酢・三温糖・ごま油 清汁 大根・えのき・ねぎ・しょうゆ・塩	豚野菜丼 豚肉・玉ねぎ・もやし・キャベツ・人参・チンゲン菜・しょうゆ・みりん・三温糖・油 清汁 レタス・エリンギ・オクラ・しょうゆ・塩
バター風味ケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳・バター	じゃこトースト 牛乳 食パン・ちりめんじゃこ・青のり・マヨドレ	抹茶ういろう すいか 牛乳 米粉・上新粉・抹茶・三温糖・水	おにぎり チーズ りんご 焼きのり・塩	あずきクッキー 牛乳 小麦粉・つぶあん・油	おにぎり りんご わかめ
24	25	26	27	28 お誕生会	29
トマトの炊き込みごはん トマト・ちりめんじゃこ・ごま・しょうゆ 鶏肉のカレー竜田焼き 鶏もも肉・塩麴・しょうゆ・みりん・酒・カレー粉・片栗粉 サラダ ほうれん草・人参・えのき・三度豆・かつお・マヨドレ・しょうゆ 清汁 とうがんとオクラ・ゆば・しょうゆ・塩	かじきのケチャップ焼き かじきまぐろ・ケチャップ・しょうゆ・塩麴・三温糖・油・片栗粉 ズッキーニのチーズ焼き ベーコン・ズッキーニ・玉ねぎ・マヨドレ・しょうゆ・チーズ・油・片栗粉 そうめんかぼちゃの酢の物 そうめんかぼちゃ・チンゲン菜・人参・酢・べんり酢・しょうゆ みそ汁 さつまいも・水菜・モロヘイヤ・みそ	豆腐バーグ 豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・ねぎ・しょうが・しょうゆ・みりん・塩・片栗粉 なすとトマトのおろし炒め煮 なす・大根・トマト・ツナ・しょうゆ・三温糖・酢・ごま油 ごま和え 小松菜・キャベツ・人参・ごま・しょうゆ スープ しめじ・白菜・春雨・しょうゆ・塩・コンソメ	白身魚のパン粉焼き 白身魚・しょうゆ・みりん・酒・パン粉・パセリ・油 こんにやく炒め 糸こんにやく・ピーマン・もやし・人参・三温糖・しょうゆ・ごま油 梅和え 長いも・オクラ・かぶ・梅肉・しょうゆ・三温糖 みそ汁 玉ねぎ・油揚げ・切り干し大根・みそ	おすし ツナ・きゅうり・人参・大葉・かんぴょう・高野豆腐・しょうゆ・三温糖・塩・酢・べんり酢 クリスマスケーキ 豚ミンチ・玉ねぎ・キャベツ・塩麴・パン粉・コーンフレーク かぼちゃサラダ かぼちゃ・じゃがいも・三度豆・パプリカ(赤)・マヨドレ・しょうゆ かきたま汁 卵・ねぎ・しょうゆ・塩	ハヤシライス 豚肉・玉ねぎ・大根・ピーマン・ブロッコリー・人参・ホールトマト・三温糖・しょうゆ・みそ スープ レタス・えのき・しょうゆ・塩・コンソメ
米粉蒸しパン 牛乳 米粉・BP・三温糖・塩・豆乳・油・酢・ジャム	みたらしパン 牛乳 食パン・しょうゆ・三温糖・片栗粉・水	りんごゼリー 梨 牛乳 りんごジュース・三温糖・寒天・水	おにぎり チーズ りんご コーン・塩	オレンジケーキ 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・豆乳・油・酢・ママレード	おにぎり りんご かつお・しょうゆ

乳児の朝おやつ
月 牛乳・せんべい
火 牛乳・クラッカー
水 牛乳・ビスケット
木 牛乳・せんべい
金 牛乳・クラッカー
土 牛乳・せんべい

※材料の都合により献立の変更もあります