

9月献立予定表



みそらこども園

日/曜	昼食	未満児おやつ	主な材料名(昼食・3時おやつ)			
		3時おやつ(☆は手作り)	熱とカになるもの	油や肉や骨になるもの	味の調子を整えるもの	調味料
01 (木)	わかめごはん アップルゼリー 牛肉とごぼうのおかか煮 きゅうりとかにかまのナムル 春雨スープ	ぶどうジュース 牛乳 ☆ココアシフォン	米、こんにゃく、グラニュー糖、はるさめ、砂糖、小麦粉、油、ごま油	牛乳、牛肉、卵、かにかま、かつおパック	りんごジュース、たまねぎ、ごぼう、もやし、きゅうり、にんじん、アガー、わかめ	酒、みりん、しょうゆ
02 (金)	ごはん 魚のトマト焼き じゃがいもサラダ ★きのこのミルクスープ	野菜ジュース ☆桃のムース	米、じゃがいも、油、グラニュー糖、砂糖	牛乳、鮭、生クリーム、チーズ、脱脂粉乳、ハム、白身魚	オレンジ、白桃缶、たまねぎ、トマト缶、きゅうり、しめじ、にんじん、えのきたけ、こまつな	ケチャップ、酢、コンソメ、薄口しょうゆ、塩、こしょう
03 (土)	和風スープパスタ ★コールスローサラダ ベーコンキッシュ ごまいりこ	牛乳 N1ヨーグルト	スパゲティ、マヨネーズ、砂糖	鶏肉、卵、ベーコン、生クリーム、牛乳、脱脂粉乳、クリームチーズ、煮干し、チーズ	なし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、エリンギ、しめじ、ほうれんそう、小ねぎ	しょうゆ、酢、みりん、和風だしの素、コンソメ、みりん、おろしにんにく、パプリカ粉
05 (月)	麦ごはん 春雨のチャブチェ 昆布の五目煮 かまぼこのすまし汁	オレンジジュース 牛乳 ★カップチーズケーキ	米、砂糖、押麦、こんにゃく、はるさめ、小麦粉、ごま油、油	牛乳、牛肉、クリームチーズ、かまぼこ、卵、だいざ、さつまいも、脱脂粉乳、煮干し	ぶどうジュース、たまねぎ、こんぶ、にんじん、しめじ、レモン、にら、アガー、わかめ	しょうゆ、みりん、トウバンジャン、おろしにんにく、おろししょうが、ほんだし
06 (火)	ごはん 魚の西京焼き 人参しりしり ポトフ	リンゴジュース 牛乳 ★マーブルクッキー	米、小麦粉、じゃがいも、グラニュー糖、砂糖、ごま油	牛乳、魚、バター、卵、みそ、ウインナー、ツナ缶、脱脂粉乳、ハチ味噌	キウイフルーツ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、にら、バナナ	みりん、コンソメ、酒、しょうゆ、パセリ粉、こしょう
07 (水)	中華風そうめん ひじきとれんこんのごま和え いりこ 果物	牛乳 牛乳 ☆ごまだれ団子	そうめん、砂糖、だんご粉、もち米、白玉粉、片栗粉、ごま油	牛乳、豚肉、卵、豆腐、ハム、すりごま、ごま、いりこ	かき、トマト、きゅうり、れんこん、トウモロコシ、にんじん、芽ひじき、バナナ	しょうゆ、酢
08 (木)	もち麦ごはん ねぎ塩チキン ★マカロニサラダ しいたけと卵のスープ	紫の野菜ジュース ヤクルト ☆黒糖おやき	米、小麦粉、マヨネーズ、黒砂糖、マカロニ、押麦、油、砂糖、ごま油	鶏肉、卵、牛乳、脱脂粉乳	オレンジジュース、たまねぎ、きゅうり、にんじん、ねぎ、チンゲンサイ、しいたけ	おろしにんにく、塩、こしょう
09 (金)	ごはん お手軽豚 キャベツの梅おかか和え 玉ねぎのみそ汁	青のりいりこ 果物 牛乳 ☆パリカタせんべい	米、じゃがいも、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、豚肉、味噌、油揚げ、いりこ、かにかま、煮干し、しらす干し、ツナ缶、ごま、かつお節	りんご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、パプリカ、しいたけ、梅肉	酢、ケチャップ、しょうゆ、おろししょうが
10 (土)	麦ごはん ★大豆入りカレー フレンチサラダ レバーの甘辛煮	牛乳 N1ヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、押麦、油、ごま油	鶏レバー、牛肉、大豆、脱脂粉乳	アセロラジュース、たまねぎ、レタス、きゅうり、にんじん、コーン、しょうが	しょうゆ、酒、酢、塩、こしょう
12 (月)	雑穀ごはん 鶏肉の中華炒め わかめとじゃこのナムル エリンギスープ	野菜ジュース 牛乳 ☆焼きチュロス	米、ホットケーキミックス、ぎんこ、砂糖、片栗粉、ごま油、グラニュー糖	牛乳、鶏肉、卵、生クリーム、しらす干し、バター	野菜ジュース、たまねぎ、なす、きゅうり、エリンギ、にんじん、パプリカ、ピーマン、わかめ	オイスターソース、酒、シナモン、しょうゆ、こしょう、塩
13 (火)	ごはん 魚の生姜煮 ★大根サラダ トマトとたまごのスープ	ぶどうジュース 牛乳 りんごヨーグルトケーキ	米、マヨネーズ、砂糖	牛乳、魚、卵、ヨーグルト、バター、脱脂粉乳	バナナ、トマト、りんご、たまねぎ、だいこん、きゅうり、ほうれんそう、コーン、にんじん	しょうゆ、みりん、酒、塩、こしょう
14 (水)	麦ごはん 鶏肉のごま焼き モロヘイヤ納豆 かぼちゃのみそ汁	牛乳 牛乳 ★きな粉スティック	米、小麦粉、グラニュー糖、押麦	牛乳、鶏肉、味噌、納豆、ごま、バター、油揚げ、卵、脱脂粉乳、煮干し、きな粉	かぼちゃ、りんごジュース、たまねぎ、マンゴージュース、モロヘイヤ、にんじん、きゅうり	しょうゆ、みりん、おろししょうが
15 (木)	しょうゆラーメン トマトの和風サラダ いりこ 果物	スポロン 牛乳 ☆ポテト春巻き	中華めん、じゃがいも、春巻きの皮、マヨネーズ、油、砂糖、ごま油、小麦粉	牛乳、豚肉、チーズ、かにかま、煮干し、いりこ	なし、キャベツ、トマト、コーン、きゅうり、にんじん、わかめ、小ねぎ、バナナ	しょうゆ、酢、ケチャップ
16 (金)	もち麦ごはん とり天 おろし和え ★キャベツのポタージュ	ベジタブルゼリー オレンジジュース 牛乳 ☆メロンパン風トースト	米、サンドイッチパン、じゃがいも、小麦粉、グラニュー糖、てんぷら粉、押麦、砂糖、油	牛乳、鶏肉、牛乳、生クリーム、脱脂粉乳、バター、卵、ごま	野菜ジュース、キャベツ、たまねぎ、だいこん、きゅうり、りんご、にんじん、アガー	酢、しょうゆ、薄口しょうゆ、コンソメ、酒、おろしにんにく、おろししょうが

★はスキムミルクを使用しています。

■は新メニューです。

・ご飯に押し麦を使用しています。

園で使用しているお米は「大分県産米」です。

日/曜	昼食	未満児おやつ	主な材料名(昼食・3時おやつ)			
		3時おやつ(☆は手作り)	熱とカになるもの	油や肉や骨になるもの	味の調子を整えるもの	調味料
17 (土)	ごはん マーボー丼 炒り煮こんにゃく カレー粉いりこ	牛乳 プリン	米、こんにゃく、グラニュー糖、砂糖、マーガリン、ごま油、片栗粉、油	牛乳、豚ひき肉、さつまいも、味増、いりこ、みそ	パイナップル、たまねぎ、にんじん、たけのこ、いんげん、グリーンピース、アガー、しいたけ	濃口しょうゆ、酒、しょうゆ、みりん、おろしにんにく、おろししょうが、カレー粉
20 (火)	野菜のごまみそうどん マロニーの酢の物 レバーの中華煮 チーズ	リンゴジュース 牛乳 ★UFOパン	うどん、小麦粉、さいとも、グラニュー糖、砂糖、小麦粉、マロニー、ごま油	牛乳、鶏レバー、豚肉、牛乳、みそ、バター、脱脂粉乳、卵、ハム、ごま、煮干し、花かつお	かき、だいこん、ごぼう、きゅうり、にんじん、しいたけ、小ねぎ、にんにく、しょうが、バナナ	酒、みりん、酢、しょうゆ、オイスターソース、薄口しょうゆ、薄口イースト、塩
21 (水)	さつまいもごはん 魚のみぞれ煮 ★ごぼうサラダ もずくのすまし汁	牛乳 牛乳 ★ソーセイジパイ	米、さつまいも、マヨネーズ、押麦、砂糖	牛乳、魚、ウインナー、カルピス、いりこ、脱脂粉乳、煮干し、花かつお、アーモンドライス	だいこん、もずく、ごぼう、たまねぎ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、コーン、こまつな	しょうゆ、酒、ケチャップ、みりん、酒、本みりん、マスタード、ほんだし、カレー粉、塩
22 (木)	お弁当の日		小麦粉、小麦粉、砂糖	牛乳、バター、脱脂粉乳、チーズ		塩、パセリ粉
24 (土)	麦ごはん 牛肉と大豆の煮物 きのこの梅和え 春雨とコーンのスープ	牛乳 N1ヨーグルト	米、押麦、はるさめ、グラニュー糖、砂糖、油	牛肉、だいず水漬、ツナ缶、いりこ	みかん、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、れんこん、きゅうり、しめじ、コーン、梅肉	コンソメ、しょうゆ、みりん、ほんだし
26 (月)	ごはん 手羽元のさっぱり煮 ジャーマンポテト なめこのみそ汁	オレンジジュース 牛乳 ☆おからドーナツ	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、グラニュー糖	牛乳、鶏肉、味噌、卵、ベーコン、おから、煮干し、いりこ	キウイフルーツ、たまねぎ、なめこ、にんじん、ねぎ、バナナ	酢、酒、しょうゆ、さしみ醤油、コンソメ、おろしにんにく、おろししょうが
27 (火)	麦ごはん ★魚のフライタルソース いんげんのごま和え ミネストローネスープ	ぶどうジュース 牛乳 ☆アーモンドラスク	米、フランスパン、じゃがいも、パン粉、マヨネーズ、押麦、小麦粉、油、砂糖、マカロニ	牛乳、白身魚、卵、アーモンドスライス、バター、ベーコン、生クリーム、脱脂粉乳、ごま	メロンジュース、トマト缶、たまねぎ、いんげん、きゅうり、だいこん、にんじん、キャベツ	コンソメ、しょうゆ、パセリ粉、こしょう、塩
28 (水)	もち麦ごはん なすの肉まき 春雨ときゅうりの酢の物 ★グリーンスープ	牛乳 牛乳 ★スキムチョコボール	米、片栗粉、砂糖、押麦、はるさめ、ごま油	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、卵、グレープカルピス、バター、ごま、ごま、かつおパック	たまねぎ、ほうれんそう、グリーンピース、なす、きゅうり、コーン、にんじん、アガー	酢、コンソメ、濃口しょうゆ、みりん、酒、しょうゆ、こしょう、おろししょうが
29 (木)	チャンポン グリーンサラダ カニシュウマイ 果物	スポロン 牛乳 ★バナナ蒸しパン	中華めん、油、砂糖、小麦粉	牛乳、豚肉、えび、さつまいも、かまぼこ、卵、脱脂粉乳	りんご、キャベツ、たまねぎ、もやし、きゅうり、レタス、にんじん、バナナ、ブロッコリー	ちゃんぽんスープ、しょうゆ、酢、塩、こしょう
30 (金)	ハッピーランチデー			アイスクリーム		

まんまる一むより

22日(木)はお弁当の日です。
準備をお願いします。

中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えします。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。