



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)		熱と力になるもの	ぬや肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
01 (金)	もち麦ごはん 鯖のパン粉焼き ひじきの五目煮 豆乳コンソメスープ	チーズ 果物	ぶどうジュース 牛乳 ★人参パン	米、強力粉、マヨネーズ、板こんにゃく、押麦、パン粉、砂糖	牛乳、調整豆乳、鮭、だいたい水蒸クック、油揚げ、脱脂粉乳、粉チーズ、バター、白身魚	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、芽ひじき、オレンジ	コンソメ、しょうゆ、しょうゆ、ドライイースト、食塩、パセリ粉、こしょう		
02 (土)	ごはん ★松風焼き グリーンサラダ かきたまスープ	メロンゼリー	牛乳 N1ヨーグルト	米、油、パン粉、グラニュー糖、砂糖	鶏ひき肉、卵、絞豆腐、牛乳、白みそ、脱脂粉乳、ごま	メロンジュース、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、レタス、にんじん、チンゲンサイ、グリーンアスパラガス、ブロッコリー、アガー	酢、薄口しょうゆ、食塩、こしょう		
04 (月)	雑穀ごはん ★芋グラタン いんげんのごまマヨサラダ 中華スープ	いりこ 果物	リンゴジュース 牛乳 ★米粉マフィン	米、上新粉、油、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、じゃがいも、さつまいも、雑穀、サトイモ	牛乳、鶏もも肉、とろけるチーズ、卵、かにかまぼこ、脱脂粉乳、バター、すりごま、食べるいりこ	なし、たまねぎ、きゅうり、いんげん、しいたけ、にんじん、チンゲンサイ、コーン缶、バナナ	中華だしの素、コンソメ、薄口しょうゆ、食塩		
05 (火)	担々麺 パンサンスー レバーのオイスター煮 ミックスゼリー		紫の野菜ジュース 牛乳 ☆わかめきつねおにぎり	生中華めん、米、砂糖、はるさめ、グラニュー糖、ごま油	牛乳、鶏レバー、豚ひき肉、ハチ味噌、すし揚げ、脱脂粉乳、花かつお	りんご濃縮果汁、たまねぎ、きゅうり、マンゴー、ジュース、えのきたけ、にんじん、なす、パプリカ(黄)、長ねぎ、しょうが、アガー、にんにく、カットわかめ	酒、酢、しょうゆ、みりん、オイスターソース、トウバンジャン		
06 (水)	麦ごはん 魚の昆布チーズ焼き 青菜の磯和え ★キャロットスープ	ミカンゼリー	スポロン 牛乳 ☆マカロニかりんとう	米、じゃがいも、押麦、砂糖	牛乳、白身魚、ビザ用チーズ、脱脂粉乳	にんじん、たまねぎ、みかん缶、はくさい、ほうれん草、もやし、ごま、つな、塩こんぶ、アガー、刻みり	コンソメ、みりん、しょうゆ、おろしにんにく		
07 (木)	ごはん 青のりとり天 キャベツとしらすのナムル 豆腐のすまし汁	果物	牛乳 ヤグルト ☆ごませんべい	米、てんぷら粉、砂糖、小麦粉、油、ごま油	鶏もも肉、木綿豆腐、ごま、かまぼこ、しらす干し、いわし、花かつお	りんご、キャベツ、きゅうり、にんじん、ねぎ、カットわかめ、あおのり	しょうゆ、みりん、酒、食塩、おろしにんにく、おろししょうが、こしょう		
08 (金)	豚肉のおろし玉ねぎ炒め 豆苗のシャキシャキサラダ エリンギスープ いりこ	果物	オレンジジュース 牛乳 ★ラングドシャ	油、小麦粉、砂糖	豚肉、無塩バター、卵、ごま、ツナ油漬缶、脱脂粉乳、食べるいりこ、牛乳	キウイフルーツ、たまねぎ、エリンギ、にんじん、だいこん、トウモロコシ、きゅうり、パプリカ(黄)、ピーマン、小ねぎ、オレンジ	みりん、酢、酒、しょうゆ、食塩		
09 (土)	もち麦ごはん ★魚と豆腐のハンバーグ れんこんのきんぴら 鶏そぼろと春雨の生姜スープ	ビタミンゼリー	牛乳 N1ヨーグルト	米、糸こんにゃく、押麦、はるさめ、生パン粉、砂糖、片栗粉	白身魚すり身、絞豆腐、鶏ひき肉、卵、脱脂粉乳	野菜ジュース、たまねぎ、れんこん、にんじん、いんげん、ねぎ、アガー	かつおだし汁、酒、おろししょうが、みりん、しょうゆ、みりん		
11 (月)	麦ごはん 牛肉と白菜の中華炒め ごぼうサラダ 揚げと玉ねぎのみそ汁	いりこ 果物	野菜ジュース 牛乳 ★スキムわらびもち	米、わらび餅粉、黒砂糖、押麦、マヨネーズ、油、片栗粉、砂糖	牛乳、牛肉味噌、脱脂粉乳、いわし、油揚げ、きな粉、食べるいりこ	オレンジ、たまねぎ、ごぼう、はくさい、にんじん、きゅうり、えのきたけ、コーン缶、小ねぎ	オイスターソース、酒、しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが、食塩、こしょう		
12 (火)	夕焼けごはん 手羽中のでりやき チンゲン菜といかのナムル ★大豆のポタージュ	グレープフルーツゼリー	リンゴジュース 牛乳 ★ソーセージパイ	米、じゃがいも、砂糖、マヨネーズ、ごま油	牛乳、鶏手羽中、ウインナー、だいたい水蒸クック、脱脂粉乳、いか、グレープフルーツ、ごま	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、もやし、アガー	しょうゆ、みりん、酒、クチャップ、コンソメ、熱入りマスタード、おろししょうが、おろしにんにく、カレー粉、パセリ粉		
13 (水)	雑穀ごはん 魚の生姜煮 きゅうりの昆布あえ しいたけと卵のスープ	果物	紫の野菜ジュース 牛乳 ★かぼちゃカップケーキ	米、小麦粉、砂糖、雑穀	牛乳、魚、卵、かにかまぼこ、脱脂粉乳、無塩バター	キウイフルーツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、しいたけ、かぼちゃ、塩こんぶ、しょうが、オレンジ	しょうゆ、みりん、酒、食塩		
14 (木)	★スープスパゲティ ごまドレサラダ ぎょうざ 果物		牛乳 牛乳 ★ロッククッキー	スパゲティ、小麦粉、砂糖、油、コーンフレーク、オリーブ油	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、卵、生クリーム、バター、すりごま	バナナ、クリームコーン缶、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン缶、干しぶどう、オレンジ	コンソメ、酢、しょうゆ、酢、食塩、こしょう		
15 (金)	もち麦ごはん ポークチャップ 切り昆布の煮物 はんぺんのすまし汁	ごまいりこ ベジタブルゼリー	オレンジジュース 牛乳 ★りんごおやき	米、中力粉、砂糖、押麦、油	牛乳、豚肉(南蛮用)、はんぺん、卵、さつまいも、食べるいりこ、脱脂粉乳、油揚げ、いわし、花かつお、ごま	野菜ジュース、きゅうり、たまねぎ、にんじん、アガー、カットわかめ	ケチャップ、しょうゆ、みりん、おろしにんにく、酒、ほんだし、こしょう		
16 (土)	お弁当の日		牛乳 プリン						

★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)		熱と力になるもの	ぬや肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
18 (月)	敬老の日								
19 (火)	ごはん ★かんたんシュウマイ ★マセドアンサラダ 大根おろしスープ	いりこ 果物	牛乳 牛乳 ☆おからドーナツ	米、小麦粉、マヨネーズ、油、片栗粉、マカロニ、砂糖	牛乳、卵、豚ひき肉、脱脂粉乳、プロセスチーズ、おから、ハム、食べるいりこ	たまねぎ、だいこん、えのきたけ、きゅうり、白味噌、黄桃缶、にんじん、コーン缶、小ねぎ、アガー、ミックスベジタブル、干しいたけ、しょうが	酢、しょうゆ、酒		
20 (水)	麦ごはん 魚のオランダ揚げ 春雨とささみの酢の物 きのこのスープ	果物	ぶどうジュース ヤグルト ★トマトポッキー	米、小麦粉、押麦、はるさめ、砂糖、油	魚、卵、鶏ささみ、脱脂粉乳、バター、すりごま	ゴールドキウイ、たまねぎ、きゅうり、しめじ、にんじん、エリンギ、トマトジュース缶、しいたけ、オレンジ	酢、しょうゆ、コンソメ、食塩、パセリ粉、こしょう		
21 (木)	角天うどん もやしの梅和え レバーのオレンジ煮 果物		スポロン 牛乳 ☆焼きおにぎり	ゆでうどん、米、はちみつ、砂糖	牛乳、鶏レバー、角天、かまぼこ、ツナ油漬缶、いわし、花かつお、ごま、かつおパック	りんご、もやし、きゅうり、マーマレードジャム、にんじん、小ねぎ、梅肉、カットわかめ	しょうゆ、酒、みりん、さしみ醤油、おろししょうが、ほんだし、食塩		
22 (金)	さつま芋ごはん ねぎ塩チキン ほうれん草とちくわのナムル なめこのみそ汁	アセロラゼリー	紫の野菜ジュース 牛乳 ★チョコまん	米、さつまいも、じゃがいも、小麦粉、強力粉、押麦、ごま油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、味噌、牛乳、ちくわ、いわし、脱脂粉乳、バター	アセロラ(果汁10%飲料)、なめこ、ほうれん草、たまねぎ、もやし、にんじん、中ねぎ、アガー、ねぎ	酒、しょうゆ、おろしにんにく、ドライイースト、ほんだし、食塩		
23 (土)	秋分の日								
25 (月)	ごはん 牛肉の焼き肉 ビーフンのソテー 根菜のあられ汁	パインゼリー	牛乳 牛乳 ★グリッシーニ	米、強力粉、油、ビーフン、小麦粉、砂糖	牛乳、牛肉、ベーコン、いわし、油揚げ、花かつお、脱脂粉乳、バター、ごま、卵	たまねぎ、パイン缶、だいこん、ごぼう、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、小ねぎ、アガー	しょうゆ、焼き肉のたれ、酒、食塩、ドライイースト、コンソメ		
26 (火)	もち麦ごはん 中華風そぼろあんかけ丼 ★かぼちゃサラダ カレー粉いりこ	果物	野菜ジュース 牛乳 ☆やせうま	やせうま、米、じゃがいも、砂糖、マヨネーズ、押麦、マーガリン	牛乳、きな粉、食べるいりこ、脱脂粉乳	キウイフルーツ、かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、にんじん、オレンジ	食塩、カレー粉、こしょう		
27 (水)	雑穀ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き ひじきとれんこんのサラダ 豆腐とほうれん草のスープ	チーズ マンゴーゼリー	オレンジジュース 牛乳 ★クランブルカップケーキ	米、小麦粉、マヨネーズ、雑穀、コーンフレーク、砂糖、パン粉、ごま油	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、無塩バター、卵、ハム、粉チーズ、脱脂粉乳	マンゴージュース、たまねぎ、れんこん、ほうれん草、にんじん、トウモロコシ、アガー、芽ひじき	酢、しょうゆ、こしょう		
28 (木)	ラーメン えのきの酢の物 ★オムレツ 果物		リンゴジュース 牛乳 ☆おふラスク	生中華めん、マーガリン、グラニュー糖、焼ふ、砂糖	牛乳、卵、焼き豚、なるど、脱脂粉乳、すりごま	かき、もやし、コーン缶、えのきたけ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ、カットわかめ、バナナ	ラーメンスープ、酢、ケチャップ、しょうゆ、こしょう、食塩		
29 (金)	★ハッピーランチデー		スポロン 3色ゼリー						
30 (土)	ごはん 大豆入り袋煮 もやしときゅうりの和え物 厚揚げと水菜のみそ汁	いりこ 黄色いゼリー	牛乳 N1ヨーグルト	米、砂糖、グラニュー糖	鶏ひき肉、味噌、だいたい水蒸クック、油揚げ、かにかま、いわし、食べるいりこ	野菜ジュース(黄)、にんじん、たまねぎ、きゅうり、もやし、ごぼう、しいたけ、きょうな、アガー	しょうゆ		

まんまる一むより

16日(土)はお弁当の日です。

準備をお願いします。

いも名月

十五夜は、いも名月ともいわれています。月見だんごが登場する前は、いもが供えられていたことや、いもの収穫期でさといもを供えるところが多かったことなどがその理由とされています。