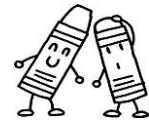
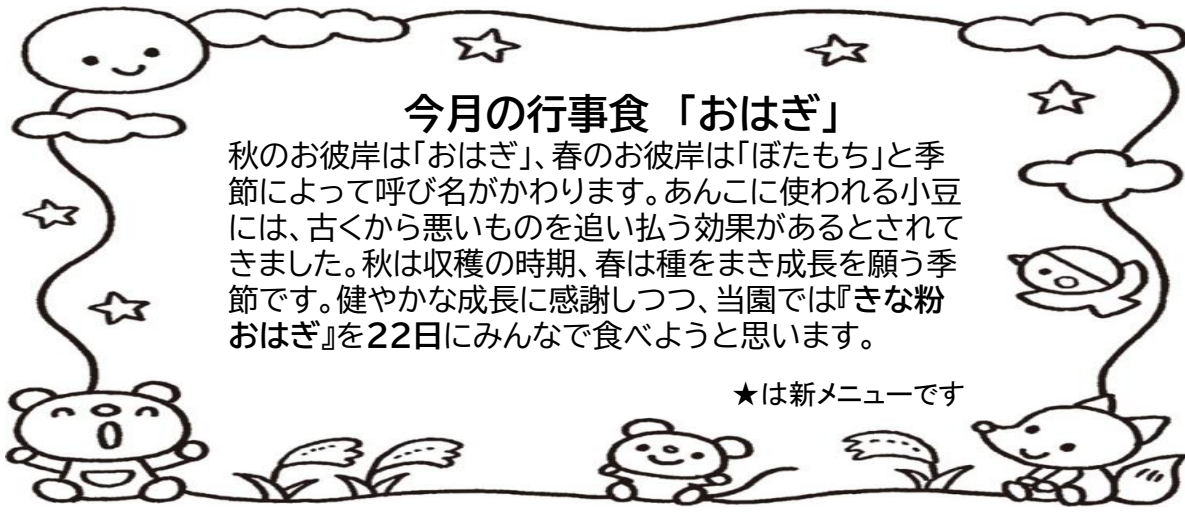


9月献立表



令和5年9月発行
こくふ子ども園



今月の行事食「おはぎ」

秋のお彼岸は「おはぎ」、春のお彼岸は「ぼたもち」と季節によって呼び名が変わります。あんに使われる小豆には、古くから悪いものを追い払う効果があるとされてきました。秋は収穫の時期、春は種をまき成長を願う季節です。健やかな成長に感謝しつつ、当園では『きな粉おはぎ』を22日にみんなで食べようと思います。

★は新メニューです

1日(金)	2日(土)
ミートスパゲティ (スパゲティ、人参、油 合挽ミンチ、玉葱、砂糖 にんにく、ケチャップ グリーンピース、チーズ 塩、トマト缶、コンソメ) 野菜のオーロラソースかけ (ブロッコリー、コーン マヨネーズ、ケチャップ) コンソメスープ (じゃが芋、人参、玉葱 ウィンナー、コンソメ パセリ、醤油) 菜飯おにぎり (米、菜飯の素、コーン) 牛乳	鶏そぼろ寿司 (米、鶏ミンチ、昆布 人参、干し椎茸、油あげ ごぼう、塩、醤油、砂糖 酢) わかめのすまし汁 (わかめ、コーン、玉葱 えのき、いりこ、醤油) 果物 菓子 牛乳

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
	五目そうめん (そうめん、錦糸玉子 ハム、干し椎茸、昆布 きゅうり、人参、みりん 砂糖、醤油、かつお節) タンドリーチキン (鶏肉、にんにく、玉葱 カレー粉、ブロッコリー ヨーグルト、塩、醤油) 果物 梨パイ (パイ生地、梨、砂糖 レモン果汁、卵) 牛乳	ごはん 鮭のホイル包み焼き (鮭、しめじ、えのき 玉葱、コーン、バター 酒、塩、こしょう) 切干大根の含め煮 (切干大根、さつま揚げ 人参、いんげん、砂糖 醤油) もやしのスープ (豆腐 椎茸、玉葱、鶏がらだし もやし、小松菜、醤油) 野菜チップス (ごぼう、さつま芋、油 片栗粉、醤油、みりん) 牛乳	ごはん 鶏のマーマレード煮 (鶏肉、マーマレードジャム にんにく、醤油 ブロッコリー) スパゲティサラダ (スパゲティ、きゅうり ハム、人参、オリーブ油 コーン、チーズ、塩) ココロスープ (じゃが芋、人参、玉葱 ウィンナー、パセリ 醤油、コンソメ) 果物 甘納豆蒸しパン (ミックス粉、砂糖、牛乳 スキムミルク、甘納豆) 牛乳	ごはん 茄子と豚肉のみそ炒め (豚肉、茄子、ピーマン 玉葱、人参、コーン なら、砂糖、片栗粉 みそ、醤油、ごま油) 和風サラダ (もやし きゅうり、しらす、酢 人参、錦糸玉子、ごま油 醤油、砂糖、ごま) 豆腐のすまし汁 (豆腐 玉葱、えのき、わかめ いりこ、醤油) 和風豆乳ゼリー (豆乳、牛乳、きな粉 黒砂糖、砂糖、寒天)	ごはん おからハンバーグ (合挽ミンチ、おから 玉葱、卵、牛乳、パン粉 塩、ケチャップ) コールスローサラダ (キャベツ、きゅうり 人参、レーズン、みかん 塩、酢、油、こしょう) コーンスープ (コーン、玉葱、わかめ えのき、葱、醤油 鶏がらだし) がぼちゃドーナツ (ミックス粉、牛乳、砂糖 南瓜、グラニュー糖、卵 油) 牛乳	中華丼 (米、豚肉 ピーマン、干し椎茸 カニカマ、人参、玉葱 白菜、片栗粉、ごま油 にんにく、生姜、醤油 鶏がらだし) しめじのスープ (わかめ、豆腐、玉葱 しめじ、鶏がらだし) 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	ひじきごはん (米、鶏肉、人参、醤油 ひじき、グリーンピース 油あげ、砂糖) 焼きししゃも ポテトサラダ (みかん じゃが芋、きゅうり 人参、マヨネーズ) 豆腐のみそ汁 (豆腐 玉葱、えのき、花麩 葱、いりこ、みそ) ジャムサンド (食パン、いちごジャム マーガリン) 牛乳	ごはん 厚揚げチャンプルー (豚肉、厚揚げ、もやし 人参、玉葱、椎茸、なら 鶏がらだし、醤油 片栗粉、ごま油) 中華きゅうり (きゅうり、砂糖、醤油 酢、ごま、ごま油) おぼろ玉子のすまし汁 (卵、玉葱、人参、葱 油あげ、いりこ、片栗粉 スキムミルク、薄口醤油) 杏仁豆腐 (杏仁豆腐の素、パイン みかん、キウイ、牛乳 砂糖、レモン果汁)	具沢山みそちゃんぽん (中華麺、豚肉、人参 キャベツ、もやし、エビ きくらげ、かまぼこ、葱 にんにく、鶏がらだし 醤油、こしょう、みそ 砂糖、ごま油) ヨーグルトサラダ (南瓜、人参、きゅうり レーズン、ヨーグルト ツナ、マヨネーズ) 果物 梅ひじきおにぎり (米、梅ひじきの素 ごま) 牛乳	ごはん 魚のカレームニエル (魚、カレー粉、バター 小麦粉、粉チーズ、塩 ブロッコリー) ビーフン炒め (豚肉 ピーマン、人参、ビーフン 玉葱、キャベツ、ごま油 鶏がらだし、醤油) ワンタン風スープ (なら 豚ミンチ、ワンタンの皮 もやし、椎茸、醤油、人参 鶏がらだし、ごま油) 抹茶牛乳もち (牛乳、片栗粉、抹茶 きな粉、砂糖、塩)	菜飯ごはん (米、菜飯の素) ★鶏肉のごまごま焼き (鶏肉、にんにく、黒ごま ごま、醤油、マヨドレ) さつま芋の昆布煮 (さつま芋、刻み昆布 絹さや、砂糖、醤油) 豚汁 (豚肉、豆腐、えのき ごぼう、人参、葱、大根 白菜、いりこ、みそ) 果物 黒糖蒸しパン (黒砂糖 ミックス粉、レーズン スキムミルク、卵 牛乳) 牛乳	ウィンナーピラフ (米、ウィンナー、人参 玉葱、グリーンピース コーン、マーガリン コンソメ、塩) 中華スープ (春雨、人参、えのき 玉葱、鶏がらだし、葱 醤油) 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	敬老の日 	大豆ドライカレー (米、合挽ミンチ、人参 レーズン、玉葱、油 カレールウ、水煮大豆 にんにく) スティック野菜 (きゅうり、人参 マヨネーズ) ポパイスープ (ほうれん草、玉葱、卵 えのき、しめじ、醤油 片栗粉、コンソメ) 果物 シリアルヨーグルト (ヨーグルト、砂糖 シリアル)	秋の香ごはん (米、鶏肉、油あげ、人参 昆布、さつま芋、薄口醤油 三つ葉、しめじ、みりん) 肉団子のスープ煮 (鶏ミンチ、豆腐、生姜 白葱、人参、コーン、春雨 キャベツ、干し椎茸、塩 鶏がらだし、醤油、片栗粉 ごま油) 三色ツナ和え (もやし、人参、きゅうり ツナ、マヨネーズ) 果物 ポパイまんじゅう (小麦粉、ほうれん草 ベーキングパウダー 砂糖、白あんこ) 牛乳	ごはん 魚のおろし煮 (魚、大根、葱、片栗粉 醤油、みりん、油) キャベツのゆかり和え (キャベツ、人参、醤油 きゅうり、ゆかり粉) あさりのみそ汁 (あさり、豆腐、わかめ しめじ、いりこ、白葱 みそ) マスカットゼリー (ゼリーの素、みかん) クラッカー	肉うどん (うどん、牛肉 玉葱、人参、薄口醤油 油あげ、葱、かまぼこ 昆布、かつお節、みりん 醤油、砂糖) ごぼうサラダ (ごぼう、人参、コーン ツナ、マヨネーズ ごま、きゅうり) 果物 おはぎ (米、もち米、小豆、塩 きな粉、砂糖) 牛乳	秋分の日
おやつ						
	25日(月) 誕生日会 ごはん 五色ミートローフ (豚ミンチ、玉葱、人参 ひじき、コーン、おから グリーンピース、パン粉 塩、牛乳、ケチャップ) 菜果サラダ (キャベツ きゅうり、みかん、砂糖 レーズン、酢、塩、油) 春雨スープ (もやし 春雨、なら、花麩、人参 鶏がらだし、醤油) ★さつま芋チーズケーキ (チーズ、生クリーム、卵 レモン果汁、グラニュー糖 さつま芋、小麦粉) 牛乳	ごはん サーモンフライ (鮭、塩、パセリ パン粉、天ぷら粉、油) 納豆和え (ほうれん草、キャベツ 人参、納豆、もみのり コーン、醤油) あっさりスープ (わかめ、あさり、白葱 玉葱、人参、鶏がらだし えのき、ごま、塩) みかんミルク寒天 (牛乳、みかん、砂糖 寒天)	麻婆豆腐丼 (米、豚ミンチ 豆腐、筍、にんにく、人参 干し椎茸、葱、生姜、醤油 玉葱、ごま油、みそ、砂糖 鶏がらだし) パンサンズー (春雨、人参 きゅうり、醤油、砂糖、酢 錦糸玉子、ごま油、ごま) 里芋汁 (里芋、えのき、葱 油あげ、片栗粉、みりん いりこ、薄口醤油) 果物 お月見もち (じゃが芋、片栗粉 バター、砂糖、醤油) 牛乳	ごはん 洋風肉じゃが (コーン 鶏肉、人参、じゃが芋 にんにく、コンソメ 玉葱、バター、パセリ) 野菜のかみかみ和え (キャベツ、人参、ごま いんげん、砂糖、醤油 かつお節) のこのこスープ (椎茸 しめじ、えのき、小松菜 コンソメ、醤油) マカロニ安倍川 (マカロニ、きな粉、塩 砂糖) 牛乳	ごはん 豚大根 (豚肉、大根、しらたき 人参、生姜、砂糖、醤油 しめじ、みそ、みりん) ひじきのマリネ (ひじき、コーン、人参 ブロッコリー、砂糖、酢 醤油、ごま油) かきたま汁 (なめこ、玉葱、油あげ 人参、いりこ、薄口醤油 卵、葱) ジュガートースト (食パン、グラニュー糖 マーガリン) 牛乳	運動会
おやつ						

3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳100ml)があります。 行事、材料の都合により献立を一部変更する場合があります。