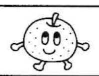
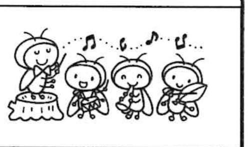
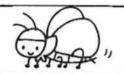
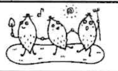
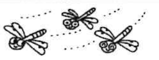
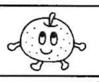
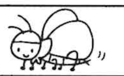
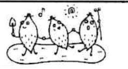
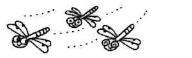
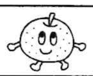
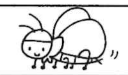
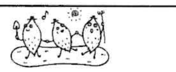
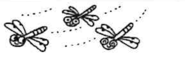
令和 5 年 9 月 献 立 表 （ 5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組 ） 椥辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	金	ごはん 竹輪の磯辺揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 竹輪 青のり 小麦粉 油 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	ヨーグルト ぱりんこ	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	379 23.8	☆今月のお米☆ 小杉農園の**きぬひかり・ミルキークイーン**です♪
2	土	きつねうどん バナナ	うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし バナナ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	350 10.3	**家庭保育協力日**
4	月	ごはん 切干大根の煮物 かまぼこと小松菜のすまし汁	米 切干大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ ひじき こんにゃく グリンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 かまぼこ 小松菜 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 バタークッキー 星食べよ	牛乳 ☆ ☆ ☆	364 15.7	
5	火	きのこカレーライス フレンチサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも りんご バナナ はちみつ カレールゥ コンソメ ブイヨン スキムミルク きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき フレンチドレッシング 牛乳 野菜ジュース	うさぎ組)牛乳 エントリー お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	621 18.5	
6	水	炊き込みご飯 ささみチーズカツ 野菜たっぷり味噌汁	米 ベーコン 玉葱 人参 コーン しめじ 塩 コンソメ ブイヨン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 さつまいも きゃべつ 小松菜 人参 ごぼう さつま揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 アンパンマンソフトせんべい ハーベスト(セサミ)	牛乳 ☆ ☆ ☆	520 21.9	☆うさぎ組クッキング☆カラフルゼリーを作って食べます♪
7	木	若布うどん パンプキンサラダ かりかり魚	うどん 若布 玉葱 人参 しめじ 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ 煮干し 油	牛乳 わらびもち ルヴァン	牛乳 わらび粉 砂糖 きな粉 シナモン ☆ ☆ ☆	570 26.1	今月のこの地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食材)は、**鮭・きのこ(しめじ・舞茸・えのきなど)・梨**です。給食のメニューにもたくさん取り入れているので、何が入っているか 探してみてくださいね♪
8	金	ごはん 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖 葱 生姜 にんにく しょう油 みりん 酒 砂糖 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 梨 プリッツ(サラダ味)	牛乳 梨 ☆ ☆ ☆	405 21.9	
9	土	中華丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 ゼリー	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	520 11.5	**家庭保育協力日**
11	月	他人丼 ひじきサラダ チーズ	米 卵 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま チーズ	牛乳 アスパラガスビスケット 白い風船	牛乳 ☆ ☆ ☆	518 23.5	
12 9月 誕生会	火	幼児組)エビカツドッグ うさぎ組)パン エビカツ ブロッコリーときゃべつの和風サラダ コンソメスープ / ゼリー	パン / 海老 玉葱 パン粉 小麦粉 卵白粉 油 / きゃべつ ケチャップ 砂糖 ウスターソース ブロッコリー きゃべつ ハム ツナ コーン 香りゴマドレッシング じゃがいも ウィンナー 玉葱 しめじ 白菜 黄パプリカ コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩 / ゼリー	ジュース おしゃれケーキ	りんごジュース スイスロール ホイップクリーム 黄桃缶 パイン缶	505 25.4	
13	水	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米 きな粉 砂糖 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ピーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 ほうれん草 えのき 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 源氏パイ じゃこ気分	牛乳 ☆ ☆ ☆	429 21.7	☆離乳食講座☆
14	木	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ プルーン	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークビッツ 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ プルーン	牛乳 きな粉せんべい えび満月	牛乳 ☆ ☆ ☆	444 17.3	
15	金	ごはん 鮭の秋色焼き 野菜炒め 豆腐と油揚げの味噌汁	米 鮭 塩 しめじ 人参 コーン マヨドレ しょう油 きゃべつ 玉葱 人参 もやし マッシュルーム ベーコン しょう油 みりん 酒 塩 豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 杏仁豆腐	牛乳 牛乳 寒天 砂糖 アーモンドエッセンス パイン缶 黄桃缶	424 26.1	マヨドレは、卵を使用しないマヨネーズ風味のドレッシングです。
16	土	きつねうどん バナナ	うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし バナナ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	350 10.3	**家庭保育協力日**
18	月	休園(敬老の日)					
19	火	ごはん 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖 葱 生姜 にんにく しょう油 みりん 酒 砂糖 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 オレンジ プリッツ(サラダ味)	牛乳 オレンジ ☆ ☆ ☆	386 21.7	☆たんぽぽ1組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
20	水	きのこカレーライス フレンチサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも りんご バナナ はちみつ カレールゥ コンソメ ブイヨン スキムミルク きゃべつ ブロッコリー ツナ コーン ひじき フレンチドレッシング 牛乳 野菜ジュース	うさぎ組)牛乳 エントリー お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	621 18.5	
21	木	炊き込みご飯 ささみチーズカツ 野菜たっぷり味噌汁	米 ベーコン 玉葱 人参 コーン しめじ 塩 コンソメ ブイヨン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 さつまいも きゃべつ 小松菜 人参 ごぼう さつま揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 アンパンマンソフトせんべい ハーベスト(セサミ)	牛乳 ☆ ☆ ☆	520 21.9	
22	金	若布うどん パンプキンサラダ かりかり魚	うどん 若布 玉葱 人参 しめじ 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ 煮干し 油	牛乳 きな粉おむすび ルヴァン	牛乳 米 きな粉 砂糖 ☆ ☆ ☆	510 22.5	☆たんぽぽ2組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
23	土	休園(秋分の日)					
25	月	他人丼 ひじきサラダ チーズ	米 卵 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま チーズ	牛乳 アスパラガスビスケット 白い風船	牛乳 ☆ ☆ ☆	518 23.5	サンプルはたんぽぽ組(3歳児)の分量です。うさぎ組はそれより少なめ、つくし・ひまわり組はそれより多めです。質問などは担任にお聞きください。
26	火	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米 きな粉 砂糖 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ピーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 ほうれん草 えのき 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 たこ焼き	牛乳 たこ 小麦粉 卵 きゃべつ 葱 かつお節 ソース	603 28.1	
27 運動会 リハ	水	野菜あんかけ丼 小魚フィッシュ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 小魚フィッシュ	牛乳 おにぎりせんべい きな粉せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	398 17.9	**ひまわり組** **お弁当の日**
28	木	ごはん 竹輪の磯辺揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 竹輪 青のり 小麦粉 油 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	ヨーグルト ぱりんこ	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	379 23.8	
29	金	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ プルーン	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークビッツ 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ プルーン	牛乳 十五夜ゼリー えび満月	牛乳 ☆ ☆ ☆	605 19.7	9月29日の中秋の名月にちなんで十五夜ゼリーを食べます♪
30 運動会	土	中華丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 ゼリー	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	520 11.5	**家庭保育協力日** **※運動会延期の場合 給食あります**

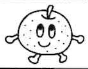
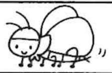
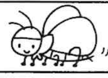
令和 5 年 9 月 献 立 表 (ふつう食 19ヵ月～) 椥辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	金	ごはん 竹輪の磯辺揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 竹輪 青のり 小麦粉 油 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	ヨーグルト プルーンソース ぱりんこ	ヨーグルト 砂糖 プルーン ☆ ☆ ☆	302 17.4	☆今月のお米☆ 小杉農園の**きぬひかり・ミルキークイーン**です♪
2	土	きつねうどん バナナ	うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし バナナ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	302 8.2	**家庭保育協力日**
4	月	ごはん 切干大根の煮物 かまぼこと小松菜のすまし汁	米 切干大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ ひじき こんにゃく グリンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 かまぼこ 小松菜 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 バタークッキー 星食べよ	牛乳 ☆ ☆ ☆	262 10.6	
5	火	きのこカレーライス フレンチサラダ 野菜ジュース	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも りんご バナナ はちみつ カレールゥ コンソメ ブイヨン スキムミルク キャベツ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 エントリー お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	453 12.9	
6	水	炊き込みご飯 ささみチーズカツ 野菜たっぷり味噌汁	米 ベーコン 玉葱 人参 コーン しめじ 塩 コンソメ ブイヨン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 さつまいも キャベツ 小松菜 人参 ごぼう さつま揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 プルーンケーキ ハーベスト(セサミ)	牛乳 ホットケーキmix 卵 バター ヨーグルト プルーン 砂糖 ☆ ☆ ☆	469 18.1	☆うさぎ組クッキング☆カラフルゼリーを作って食べます♪
7	木	若布うどん パンプキンサラダ バナナ	うどん 若布 玉葱 人参 しめじ 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ バナナ	牛乳 わらびもち ルヴァン	牛乳 わらび粉 砂糖 きな粉 シナモン ☆ ☆ ☆	488 15.7	今月のこの地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食材)は、**鮭・きのこ(しめじ・舞茸・えのきなど)・梨**です。給食のメニューにもたくさん取り入れているので、何が入っているか 探してみてくださいね♪
8	金	ごはん 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖 葱 生姜 にんにく しょう油 みりん 酒 砂糖 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 梨 プリッツ(サラダ味)	牛乳 梨 ☆ ☆ ☆	286 14.7	
9	土	中華丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	412 9.5	**家庭保育協力日**
11	月	他人丼 ひじきサラダ チーズ	米 卵 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま チーズ	牛乳 アスパラガスビスケット 白い風船	牛乳 ☆ ☆ ☆	360 15.5	毎日朝のおやつ(10時頃)に牛乳があります♪
12 9月 誕生会	火	ごはん ちりめんじゃこ エビカツ(1組 旗付きエビカツ) ブロッコリーときゃべつの和風サラダ コンソメスープ	米 ちりめんじゃこ 海老 玉葱 パン粉 小麦粉 卵白粉 油 ブロッコリー きゃべつ ハム ツナ コーン 香りゴマドレッシング じゃがいも ウィンナー 玉葱 しめじ 白菜 黄パプリカ コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	ジュース おしゃれケーキ	りんごジュース スイスロール ホイップクリーム 黄桃缶 パイン缶	359 16.0	
13	水	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米 きな粉 砂糖 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ピーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 ほうれん草 えのき 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 源氏パイ アンパンマンソフトせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	279 13.9	☆離乳食講座☆
14	木	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ チーズ	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークピッツ 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ チーズ	牛乳 きな粉せんべい えび満月	牛乳 ☆ ☆ ☆	348 14.4	
15	金	ごはん 鮭の秋色焼き 野菜炒め 豆腐と油揚げの味噌汁	米 鮭 塩 しめじ 人参 コーン マヨドレ しょう油 きゃべつ 玉葱 人参 もやし マッシュルーム ベーコン しょう油 みりん 酒 塩 豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 杏仁豆腐	牛乳 牛乳 寒天 砂糖 アーモンドエッセンス パイン缶 黄桃缶	280 14.5	マヨドレは、卵を使用しないマヨネーズ風味のドレッシングです。
16	土	きつねうどん バナナ	うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし バナナ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	302 8.2	**家庭保育協力日**
18	月	休園(敬老の日)					
19	火	ごはん 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖 葱 生姜 にんにく しょう油 みりん 酒 砂糖 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 バナナ プリッツ(サラダ味)	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	272 14.5	☆たんぽぽ1組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
20	水	きのこカレーライス フレンチサラダ 野菜ジュース	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも りんご バナナ はちみつ カレールゥ コンソメ ブイヨン スキムミルク きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 エントリー お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	453 12.9	
21	木	炊き込みご飯 ささみチーズカツ 野菜たっぷり味噌汁	米 ベーコン 玉葱 人参 コーン しめじ 塩 コンソメ ブイヨン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 さつまいも キャベツ 小松菜 人参 ごぼう さつま揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 アンパンマンソフトせんべい ハーベスト(セサミ)	牛乳 ☆ ☆ ☆	398 16.5	
22	金	若布うどん パンプキンサラダ バナナ	うどん 若布 玉葱 人参 しめじ 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ バナナ	牛乳 きな粉おむすび ルヴァン	牛乳 米 きな粉 砂糖 ☆ ☆ ☆	446 13.2	☆たんぽぽ2組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
23	土	休園(秋分の日)					
25	月	他人丼 ひじきサラダ チーズ	米 卵 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま チーズ	牛乳 アスパラガスビスケット 白い風船	牛乳 ☆ ☆ ☆	360 15.5	サンプルはひよこ組(1歳児)の分量です。質問などは担任にお聞きください。
26	火	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米 きな粉 砂糖 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ピーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 ほうれん草 えのき 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 プリン マンナビスケット	牛乳 プリンミクス ☆ ☆ ☆	406 18.6	
27 運動会 リハ	水	野菜あんかけ丼 りんごゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 りんごジュース ゼラチン 砂糖	牛乳 おにぎりせんべい きな粉せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	327 9.9	**ひまわり組 お弁当の日**
28	木	ごはん 竹輪の磯辺揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 竹輪 青のり 小麦粉 油 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	ヨーグルト プルーンソース ぱりんこ	ヨーグルト 砂糖 プルーン ☆ ☆ ☆	302 17.4	
29	金	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ チーズ	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークピッツ 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ チーズ	牛乳 十五夜ゼリー えび満月	牛乳 ☆ ☆ ☆	483 16.9	9月29日の中秋の名月にちなんで十五夜ゼリーを食べます♪
30 運動会	土	中華丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	412 9.5	**家庭保育協力日**

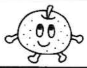
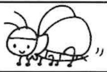
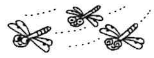
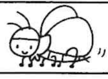
令和 5 年 9 月 献 立 表（ 離乳の完了期 12～18ヵ月） 椥辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	金	軟飯 カレイのから揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 カレイ　しょう油　酒　油 ブロッコリー　赤パプリカ　酢　砂糖　塩　しょう油 人参　しめじ　煮干し　昆布　合わせ味噌　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	ヨーグルト プルーンソース マンナウエハース	ヨーグルト　砂糖　プルーン ☆　☆　☆	☆今月のお米☆ 小杉農園の**きぬひかり・ ミルキークイーン**です♪
2	土	きつねうどん バナナ	うどん　油揚げ　玉葱　人参　しめじ 砂糖　しょう油　みりん　酒　かつおだし バナナ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**
4	月	軟飯 切干大根の煮物 かまぼこと小松菜のすまし汁	米 切干大根　豚肉　人参　しめじ　油揚げ　ひじき　こんにゃく　グリンピース かつおだし　砂糖　しょう油　みりん　酒 かまぼこ　小松菜　昆布　しょう油　みりん　酒　塩　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 お子様サンド マンナウエハース	牛乳 お子様せんべい　ツナ　マヨドレ ☆　☆　☆	
5	火	きのこカレーライス フレンチサラダ 野菜ジュース	米　豚肉　しめじ　舞茸　えのき　玉葱　人参　じゃがいも りんご　バナナ　はちみつ　カレールゥ　コンソメ　ブイヨン　スキムミルク きゃべつ　ブロッコリー　ハム　ツナ　コーン　ひじき　フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 シュガートースト お野菜せんべい	牛乳 食パン　バター　粉チーズ　グラニュー糖 ☆　☆　☆	
6	水	炊き込みご飯 ささみチーズカツ 野菜たっぷり味噌汁	米　ベーコン　玉葱　人参　コーン　しめじ　塩　コンソメ　ブイヨン 鶏ささみ　ナチュラルチーズ　パン粉　小麦粉　油 さつまいも　きゃべつ　小松菜　人参　ごぼう　さつま揚げ　煮干し　昆布　合わせ味噌　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 プルーンケーキ	牛乳 ホットケーキmix　卵　バター ヨーグルト　プルーン　砂糖	☆うさぎ組クッキング☆カラフルゼリーを作って食べます♪
7	木	若布うどん パンプキンサラダ バナナ	うどん　若布　玉葱　人参　しめじ　豚肉 かつおだし　しょう油　みりん　酒 かぼちゃ　ブロッコリー　ハム　ツナ　マヨネーズ バナナ	牛乳 わらびもち ルヴァン	牛乳 わらび粉　砂糖　きな粉　シナモン ☆　☆　☆	今月のこの地域の旬（たくさん出回りおいしく食べられる食材）は、**鮭・きのこ（しめじ・舞茸・えのきなど）・梨**です。 給食のメニューにもたくさん取り入れているので、何が入っているか 探してみてくださいね♪
8	金	軟飯 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖　生姜　にんにく　しょう油　みりん　酒　砂糖 白菜　しめじ　人参　油揚げ　砂糖　しょう油　みりん　酒　かつおだし 麩　若布　昆布　しょう油　みりん　酒　塩　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 梨 マンナビスケット	牛乳 梨 ☆　☆　☆	
9	土	中華丼 オレンジゼリー	米　豚肉　玉葱　人参　白菜　小松菜　えび　コーン 中華だし　しょう油　みりん　酒　生姜　にんにく　片栗粉 オレンジジュース　ゼラチン　砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**
11	月	他人丼 ひじきサラダ チーズ	米　卵　豚肉　玉葱　人参　白菜　しめじ　油揚げ 砂糖　しょう油　みりん　酒　かつおだし ひじき　きゅうり　人参　かにかま　コーン　マヨネーズ　しょう油　すりごま チーズ	牛乳 おいもスティック	牛乳 さつまいも	毎日朝のおやつ（10時頃）に 牛乳があります♪
12 9月 誕生会	火	軟飯 ちりめんじゃこ エビカツ ブロッコリーときゃべつの和風サラダ コンソメスープ	米　ちりめんじゃこ 海老　玉葱　パン粉　小麦粉　卵白粉　油 ブロッコリー　きゃべつ　ハム　ツナ　コーン　香りゴマドレッシング じゃがいも　ウインナー　玉葱　しめじ　白菜　赤パプリカ　コンソメ　ブイヨン　しょう油　みりん　酒　塩	ジュース おしゃれケーキ	りんごジュース スイスロール　ホイップクリーム 黄桃缶　パイン缶	
13	水	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米　きな粉　砂糖 豚肉　玉葱　人参　きゃべつ　もやし　ピーマン　コーン しょう油　みりん　酒　生姜　油 ほうれん草　えのき　煮干し　昆布　合わせ味噌　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 バナナ アンパンマンソフトせんべい	牛乳 バナナ ☆　☆　☆	☆離乳食講座☆
14	木	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ チーズ	スパゲティ　しめじ　えのき　舞茸　マッシュルーム　ポークビッツ 玉葱　人参　ピーマン　砂糖　ケチャップ　コンソメ　ブイヨン じゃがいも　ブロッコリー　ハム　ツナ　コーン　マヨネーズ チーズ	牛乳 若菜おむすび きな粉せんべい	牛乳 米　若菜ふりかけ ☆　☆　☆	
15	金	軟飯 鮭の秋色焼き 野菜炒め 豆腐と油揚げの味噌汁	米 鮭　塩　しめじ　人参　コーン　マヨドレ　しょう油 きゃべつ　玉葱　人参　もやし　マッシュルーム　ベーコン　しょう油　みりん　酒　塩 豆腐　油揚げ　煮干し　昆布　合わせ味噌　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 杏仁豆腐	牛乳 牛乳　寒天　砂糖　アーモンドエッセンス パイン缶　黄桃缶	マヨドレは、卵を使用しないマヨネーズ風味のドレッシングです。
16	土	きつねうどん バナナ	うどん　油揚げ　玉葱　人参　しめじ 砂糖　しょう油　みりん　酒　かつおだし バナナ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**
18	月	休園（敬老の日）				
19	火	軟飯 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖　生姜　にんにく　しょう油　みりん　酒　砂糖 白菜　しめじ　人参　油揚げ　砂糖　しょう油　みりん　酒　かつおだし 麩　若布　昆布　しょう油　みりん　酒　塩　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 バナナ マンナビスケット	牛乳 バナナ ☆　☆　☆	☆たんぽぽ1組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
20	水	きのこカレーライス フレンチサラダ 野菜ジュース	米　豚肉　しめじ　舞茸　えのき　玉葱　人参　じゃがいも りんご　バナナ　はちみつ　カレールゥ　コンソメ　ブイヨン　スキムミルク きゃべつ　ブロッコリー　ハム　ツナ　コーン　ひじき　フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 シュガートースト お野菜せんべい	牛乳 食パン　バター　粉チーズ　グラニュー糖 ☆　☆　☆	
21	木	炊き込みご飯 ささみチーズカツ 野菜たっぷり味噌汁	米　ベーコン　玉葱　人参　コーン　しめじ　塩　コンソメ　ブイヨン 鶏ささみ　ナチュラルチーズ　パン粉　小麦粉　油 さつまいも　きゃべつ　小松菜　人参　ごぼう　さつま揚げ　煮干し　昆布　合わせ味噌　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 りんごゼリー	牛乳 りんごジュース　砂糖　ゼラチン	
22	金	若布うどん パンプキンサラダ バナナ	うどん　若布　玉葱　人参　しめじ　豚肉 かつおだし　しょう油　みりん　酒 かぼちゃ　ブロッコリー　ハム　ツナ　マヨネーズ バナナ	牛乳 きな粉おむすび ルヴァン	牛乳 米　きな粉　砂糖 ☆　☆　☆	☆たんぽぽ2組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
23	土	休園（秋分の日）				
25	月	他人丼 ひじきサラダ チーズ	米　卵　豚肉　玉葱　人参　白菜　しめじ　油揚げ 砂糖　しょう油　みりん　酒　かつおだし ひじき　きゅうり　人参　かにかま　コーン　マヨネーズ　しょう油　すりごま チーズ	牛乳 おいもスティック	牛乳 さつまいも	サンプルはベランダ（ひよこ組）または お部屋（たまご組）において あります。是非、見てくださいね♪
26	火	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米　きな粉　砂糖 豚肉　玉葱　人参　きゃべつ　もやし　ピーマン　コーン しょう油　みりん　酒　生姜　油 ほうれん草　えのき　煮干し　昆布　合わせ味噌　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	牛乳 プリン	牛乳 プリンミクス	
27 運動会 リハ	水	野菜あんかけ丼 りんごゼリー	米　豚肉　玉葱　人参　白菜　しめじ　油揚げ　ひじき かつおだし　しょう油　みりん　酒　片栗粉 りんごジュース　ゼラチン　砂糖	牛乳 バナナ きな粉せんべい	牛乳 バナナ ☆　☆　☆	**ひまわり組 お弁当の日**
28	木	軟飯 カレイのから揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 カレイ　しょう油　酒　油 ブロッコリー　赤パプリカ　酢　砂糖　塩　しょう油 人参　しめじ　煮干し　昆布　合わせ味噌　かつおだし　かつおぶし　さばぶし	ヨーグルト プルーンソース マンナウエハース	ヨーグルト　砂糖　プルーン ☆　☆　☆	
29	金	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ チーズ	スパゲティ　しめじ　えのき　舞茸　マッシュルーム　ポークビッツ 玉葱　人参　ピーマン　砂糖　ケチャップ　コンソメ　ブイヨン じゃがいも　ブロッコリー　ハム　ツナ　コーン　マヨネーズ チーズ	牛乳 十五夜ゼリー	牛乳 ☆　☆　☆	9月29日の中秋の名月にちなんで十五夜ゼリーを食べます♪
30 運動会	土	中華丼 オレンジゼリー	米　豚肉　玉葱　人参　白菜　小松菜　えび　コーン 中華だし　しょう油　みりん　酒　生姜　にんにく　片栗粉 オレンジジュース　ゼラチン　砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**

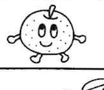
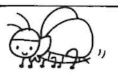
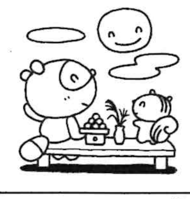
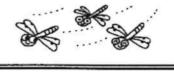
令和 5 年 9 月 献 立 表 （ 離乳後期 10・11ヵ月 ） 椥辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	金	軟飯 鱸（すずき）とチンゲン菜の煮物 かぼちゃのスープ	米 鱸　チンゲン菜　人参　昆布　しょう油 かぼちゃ　昆布　しょう油	ミルク きな粉がゆ	粉ミルク きな粉　米	☆今月のお米☆ 小杉農園の**きぬひかり・ミルキークイーン**です♪
2	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ　さつまいも　白菜　ブロッコリー　昆布　しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**
4	月	軟飯 ささみとじゃがいもの煮物 きゃべつの味噌汁	米 ささみ　じゃがいも　人参　昆布　しょう油 きゃべつ　昆布　合わせ味噌	ミルク おいもスティック	粉ミルク さつまいも	
5	火	軟飯 鯛と白菜の煮物 小松菜のスープ	米 鯛　白菜　黄パプリカ　昆布　しょう油 小松菜　煮干し　しょう油	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク きな粉　ヨーグルト	毎日朝のおやつ（9時半頃）に ミルクを飲みます♪
6	水	軟飯 ささみと人参の煮物 ブロッコリーのスープ	米 ささみ　人参　昆布　しょう油 ブロッコリー　玉葱　昆布　しょう油	ミルク ぶどうのコンポート	粉ミルク ぶどう	☆うさぎ組クッキング☆カラフルゼリーを作って食べます♪
7	木	軟飯 鮭とじゃがいも煮物 玉葱のスープ	米 鮭　じゃがいも　ピーマン　昆布　しょう油 玉葱　昆布　しょう油	ミルク チーズリゾット	粉ミルク 米　粉チーズ	今月のこの地域の旬（たくさん出回りおいしく食べられる食材）は、**鮭・きのこ（しめじ・椎茸・えのきなど）・梨**です。離乳食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか 探してみてくださいね♪
8	金	軟飯 鱸（すずき）とかぼちゃの煮物 きゃべつのスープ	米 鱸　かぼちゃ　ブロッコリー　昆布　しょう油 きゃべつ　煮干し　しょう油	ミルク 梨のコンポート	粉ミルク 梨	
9	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ　白菜　人参　玉葱　昆布　しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**
11	月	軟飯 ささみときゃべつの煮物 玉葱とさつまいものスープ	米 ささみ　きゃべつ　昆布　しょう油 玉葱　さつまいも　昆布　しょう油	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参	
12 9月 誕生会	火	軟飯 かぼちゃの人参ソース ほうれん草のスープ	米 かぼちゃ　ささみ　人参　昆布　しょう油　片栗粉 ほうれん草　煮干し　しょう油	ミルク ツナとおいものお焼き	粉ミルク ツナ　さつまいも　人参　昆布	
13	水	軟飯 カレイとブロッコリーの煮物 小松菜のスープ	カレイ　ブロッコリー　玉葱　昆布　しょう油 小松菜　煮干し　しょう油	ミルク りんごのコンポート	粉ミルク りんご	☆離乳食講座☆
14	木	軟飯 ささみときゃべつの煮物 白菜の味噌汁	米 ささみ　きゃべつ　さつまいも　昆布　しょう油 白菜　昆布　合わせ味噌	ミルク きな粉がゆ	粉ミルク 米　きな粉	
15	金	軟飯 鱸（すずき）とチンゲン菜の煮物 かぼちゃのスープ	米 鱸　チンゲン菜　人参　昆布　しょう油 かぼちゃ　昆布　しょう油	ミルク じゃがいものマッシュ	粉ミルク じゃがいも　玉葱　昆布	
16	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ　さつまいも　白菜　ブロッコリー　昆布　しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**
18	月	休園（敬老の日）				
19	火	軟飯 鯛と白菜の煮物 小松菜のスープ	米 鯛　白菜　黄パプリカ　昆布　しょう油 小松菜　煮干し　しょう油	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク ヨーグルト　きな粉	☆たんぽぽ1組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
20	水	軟飯 ささみと人参の煮物 ブロッコリーのスープ	米 ささみ　人参　昆布　しょう油 ブロッコリー　玉葱　昆布　しょう油	ミルク 梨のコンポート	粉ミルク 梨	
21	木	軟飯 鮭とじゃがいも煮物 玉葱のスープ	米 鮭　じゃがいも　ピーマン　昆布　しょう油 玉葱　昆布　しょう油	ミルク ぶどうのコンポート	粉ミルク ぶどう	
22	金	軟飯 ささみときゃべつの煮物 白菜の味噌汁	米 ささみ　きゃべつ　さつまいも　昆布　しょう油 白菜　昆布　合わせ味噌	ミルク チーズリゾット	粉ミルク 米　粉チーズ	☆たんぽぽ2組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
23	土	休園（秋分の日）				
25	月	軟飯 カレイとじゃがいもの煮物 きゃべつの味噌汁	米 カレイ　じゃがいも　人参　昆布　しょう油 きゃべつ　昆布　合わせ味噌	ミルク おいもスティック	粉ミルク さつまいも	サンプルは毎日お部屋において あります。ぜひ、見て 帰ってくださいね。
26	火	軟飯 ささみときゃべつの煮物 玉葱とさつまいものスープ	米 ささみ　きゃべつ　昆布　しょう油 玉葱　さつまいも　昆布　しょう油	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参	
27 運動会 リハ	水	軟飯 鱸（すずき）とほうれん草の煮物 かぼちゃのスープ	米 鱸　ほうれん草　人参　昆布　しょう油 かぼちゃ　昆布　しょう油	ミルク きな粉がゆ	粉ミルク 米　きな粉	**ひまわり組 お弁当の日**
28	木	軟飯 ささみとブロッコリーの煮物 小松菜のスープ	米 ささみ　ブロッコリー　人参　昆布　しょう油 小松菜　煮干し　しょう油	ミルク りんごのコンポート	粉ミルク りんご	
29	金	軟飯 鮭とかぼちゃの煮物 きゃべつのスープ	米 鮭　かぼちゃ　ブロッコリー　昆布　しょう油 きゃべつ　煮干し　しょう油	ミルク じゃがいものマッシュ	粉ミルク じゃがいも　玉葱　昆布	
30 運動会	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ　白菜　人参　玉葱　昆布　しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆　☆　☆	**家庭保育協力日**

令和５年９月献立表（離乳中期 7~9ヵ月） 椥辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	金	おかゆ 鱸（すずき）とチンゲン菜の煮物 かぼちゃのスープ	米 鱸 チンゲン菜 人参 昆布 かぼちゃ 昆布	ミルク	粉ミルク	☆今月のお米☆ 小杉農園の**きぬひかり・** **ミルキークイーン**です♪
2	土	おかゆ ささみと野菜の煮物	米 ささみ さつまいも 白菜 ブロッコリー 昆布	ミルク	粉ミルク	**家庭保育協力日**
4	月	おかゆ ささみとじゃがいもの煮物 きゃべつの味噌汁	米 ささみ じゃがいも 人参 昆布 きゃべつ 昆布	ミルク	粉ミルク	
5	火	おかゆ 鯛と白菜の煮物 小松菜のスープ	米 鯛 白菜 黄パプリカ 昆布 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	毎日朝のおやつ（9時半頃）に ミルクを飲みます♪
6	水	おかゆ ささみと人参の煮物 ブロッコリーのスープ	ささみ 人参 昆布 ブロッコリー 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	☆うさぎ組クッキング☆カラフルゼリーを作って食べます♪
7	木	おかゆ 鮭とじゃがいも煮物 玉葱のスープ	米 鮭 じゃがいも ピーマン 昆布 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	今月のこの地域の旬（たくさん出回りおいしく食べられる食材）は、**鮭・きのこ（しめじ・椎茸・えのきなど）・梨**です。離乳食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか 探してみてくださいね♪
8	金	おかゆ 鱸（すずき）とかぼちゃの煮物 きゃべつのスープ	米 鱸 かぼちゃ ブロッコリー 昆布 きゃべつ 昆布	ミルク	粉ミルク	
9	土	おかゆ ささみと野菜の煮物	米 ささみ 白菜 人参 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	**家庭保育協力日**
11	月	おかゆ ささみときゃべつの煮物 玉葱とさつまいものスープ	米 ささみ きゃべつ 昆布 玉葱 さつまいも 昆布	ミルク	粉ミルク	
12 9月 誕生会	火	おかゆ かぼちゃの人参ソース ほうれん草のスープ	米 かぼちゃ ささみ 人参 昆布 片栗粉 ほうれん草 昆布	ミルク	粉ミルク	
13	水	おかゆ カレイとブロッコリーの煮物 小松菜のスープ	米 カレイ ブロッコリー 玉葱 昆布 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	☆離乳食講座☆
14	木	おかゆ ささみときゃべつの煮物 白菜の味噌汁	米 ささみ きゃべつ さつまいも 昆布 白菜 昆布	ミルク	粉ミルク	
15	金	おかゆ 鱸（すずき）とチンゲン菜の煮物 かぼちゃのスープ	米 鱸 チンゲン菜 人参 昆布 かぼちゃ 昆布	ミルク	粉ミルク	
16	土	おかゆ ささみと野菜の煮物	米 ささみ さつまいも 白菜 ブロッコリー 昆布	ミルク	粉ミルク	**家庭保育協力日**
18	月	休園（敬老の日）				
19	火	おかゆ 鯛と白菜の煮物 小松菜のスープ	米 鯛 白菜 黄パプリカ 昆布 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	☆たんぽぽ1組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
20	水	おかゆ ささみと人参の煮物 ブロッコリーのスープ	米 ささみ 人参 昆布 ブロッコリー 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	
21	木	おかゆ 鮭とじゃがいも煮物 玉葱のスープ	米 鮭 じゃがいも ピーマン 昆布 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	
22	金	おかゆ ささみときゃべつの煮物 白菜の味噌汁	米 ささみ きゃべつ さつまいも 昆布 白菜 昆布	ミルク	粉ミルク	☆たんぽぽ2組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
23	土	休園（秋分の日）				
25	月	おかゆ カレイとじゃがいもの煮物 きゃべつの味噌汁	米 カレイ じゃがいも 人参 昆布 きゃべつ 昆布	ミルク	粉ミルク	サンプルは毎日お部屋において あります。ぜひ、見て 帰ってくださいね。
26	火	おかゆ ささみときゃべつの煮物 玉葱とさつまいものスープ	米 ささみ きゃべつ 昆布 玉葱 さつまいも 昆布	ミルク	粉ミルク	
27 運動会 リハ	水	おかゆ 鱸（すずき）とほうれん草の煮物 かぼちゃのスープ	米 鱸 ほうれん草 人参 昆布 かぼちゃ 昆布	ミルク	粉ミルク	**ひまわり組 お弁当の日**
28	木	おかゆ カレイとブロッコリーの煮物 小松菜のスープ	米 カレイ ブロッコリー 人参 昆布 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	
29	金	おかゆ 鮭とかぼちゃの煮物 きゃべつのスープ	米 鮭 かぼちゃ ブロッコリー 昆布 きゃべつ 昆布	ミルク	粉ミルク	
30 運動会	土	おかゆ ささみと野菜の煮物	米 ささみ 白菜 人参 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	**家庭保育協力日**

令和 5 年 9 月 献 立 表 （ 食物アレルギー対応食 ※卵・乳・バナナ ） 椥辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	金	ごはん カレイのから揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 カレイ しょう油 酒 片栗粉 油 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 ルヴァン じゃがいもおかき	お茶 ☆ ☆ ☆	☆今月のお米☆ 小杉農園の**きぬひかり・ミルキークイーン**です♪
2	土	きつねうどん ゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ゼリー	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	**家庭保育協力日**
4	月	ごはん 切干大根の煮物 小松菜のすまし汁	米 切干大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ ひじき こんにゃく グリンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 小松菜 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 おいもスティック	お茶 さつまいも	
5	火	きのこカレーライス 野菜サラダ お茶	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも はちみつ カレールゥ きゃべつ ブロッコリー ツナ コーン ひじき マヨドレ お茶	お茶 はっぱなせんべい きな粉せんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	
6	水	炊き込みご飯 鮭の唐揚げ 野菜たっぷり味噌汁	米 玉葱 人参 コーン しめじ 塩 しょう油 鮭 しょう油 酒 片栗粉 油 さつまいも きゃべつ 小松菜 人参 ごぼう さつま揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 アンパンマンソフトせんべい 昆布おかき	お茶 ☆ ☆ ☆	☆うさぎ組クッキング☆カラフルゼリーを作って食べます♪
7	木	若布うどん パンプキンサラダ ゼリー	うどん 若布 玉葱 人参 しめじ 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 かぼちゃ ブロッコリー ツナ マヨドレ ゼリー	お茶 わらびもち ルヴァン	お茶 わらび粉 砂糖 きな粉 シナモン ☆ ☆ ☆	今月のこの地域の旬（たくさん出回りおいしく食べられる食材）は、**鮭・きのこ（しめじ・舞茸・えのきなど）・梨**です。給食のメニューにもたくさん取り入れているので、何が入っているか 探してみてくださいね♪
8	金	ごはん 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖 葱 生姜 にんにく しょう油 みりん 酒 砂糖 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 梨 ミニハート	お茶 梨 ☆ ☆ ☆	
9	土	中華丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	**家庭保育協力日**
11	月	豚肉と野菜の丼 ひじきサラダ ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき きゅうり 人参 コーン マヨドレ しょう油 すりごま ゼリー	お茶 茹で人参のスティック じゃがいもおかき	お茶 人参 ☆ ☆ ☆	
12 9月 誕生会	火	ごはん/カレイの唐揚げ ブロッコリーときゃべつのサラダ コンソメスープ	米 / カレイ しょう油 酒 片栗粉 油 ブロッコリー きゃべつ ツナ コーン マヨドレ じゃがいも ウィンナー 玉葱 しめじ 白菜 黄パプリカ コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	ジュース おしゃれゼリー	りんごジュース グレープジュース 砂糖 ゼラチン 黄桃缶 パイン缶	
13	水	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米 きな粉 砂糖 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ピーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 ほうれん草 えのき 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 りんごのコンポート	お茶 りんご	☆離乳食講座☆
14	木	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ ゼリー	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークビッツ 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン じゃがいも ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ ゼリー	お茶 若菜おむすび 昆布おかき	お茶 米 若菜ふりかけ ☆ ☆ ☆	
15	金	ごはん 鮭の秋色焼き 野菜炒め 豆腐と油揚げの味噌汁	米 鮭 塩 しめじ 人参 コーン マヨドレ しょう油 きゃべつ 玉葱 人参 もやし マッシュルーム しょう油 みりん 酒 塩 豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 じゃがいものマッシュ	お茶 じゃがいも 玉葱 昆布	マヨドレは、卵を使用しないマヨネーズ風味のドレッシングです。
16	土	きつねうどん ゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ゼリー	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	**家庭保育協力日**
18	月	休園（敬老の日）				
19	火	ごはん 鯖の生姜漬け焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と若布のすまし汁	米 鯖 葱 生姜 にんにく しょう油 みりん 酒 砂糖 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 ルヴァン じゃがいもおかき	お茶 ☆ ☆ ☆	☆たんぽぽ1組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
20	水	きのこカレーライス 野菜サラダ お茶	米 豚肉 しめじ 舞茸 えのき 玉葱 人参 じゃがいも はちみつ カレールゥ きゃべつ ブロッコリー ツナ コーン ひじき マヨドレ お茶	お茶 はっぱなせんべい きな粉せんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	
21	木	炊き込みご飯 鮭の唐揚げ 野菜たっぷり味噌汁	米 玉葱 人参 コーン しめじ 塩 しょう油 鮭 しょう油 酒 片栗粉 油 さつまいも きゃべつ 小松菜 人参 ごぼう さつま揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 りんごゼリー	お茶 りんごジュース 砂糖 ゼラチン	
22	金	若布うどん パンプキンサラダ ゼリー	うどん 若布 玉葱 人参 しめじ 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 かぼちゃ ブロッコリー ツナ マヨドレ ゼリー	お茶 きな粉おむすび ルヴァン	お茶 米 きな粉 砂糖 ☆ ☆ ☆	☆たんぽぽ2組クッキング☆バターじょうゆ焼きおにぎりを作って食べます♪
23	土	休園（秋分の日）				
25	月	豚肉と野菜の丼 ひじきサラダ ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき きゅうり 人参 コーン マヨドレ しょう油 すりごま ゼリー	お茶 おいもスティック	お茶 さつまいも	
26	火	きな粉ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き ほうれん草とえのきの味噌汁	米 きな粉 砂糖 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ピーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 ほうれん草 えのき 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 茹で人参のスティック じゃがいもおかき	お茶 人参 ☆ ☆ ☆	
27 運動会 リハ	水	野菜あんかけ丼 りんごゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 りんごジュース ゼラチン 砂糖	お茶 昆布おかき きな粉せんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	**ひまわり組 お弁当の日**
28	木	ごはん カレイのから揚げ ブロッコリーのピクルス 人参としめじの味噌汁	米 カレイ しょう油 酒 片栗粉 油 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 りんごのコンポート	お茶 りんご	
29	金	きのことウインナーのナポリタンスパゲティ ポテトサラダ ゼリー	スパゲティ しめじ えのき 舞茸 マッシュルーム ポークビッツ 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 ケチャップ コンソメ ブイヨン じゃがいも ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ ゼリー	お茶 じゃがいものマッシュ	お茶 じゃがいも 玉葱 昆布	9月29日の中秋の名月にちなんで十五夜ゼリーを食べます♪
30 運動会	土	中華丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	**家庭保育協力日** **※運動会延期の場合 給食あります**