

2023年

# 9月の献立表



五日市すみれこども園

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 金	おむすび 根菜汁(防災) みかん缶	米、さつまいも、○ミ レービスケット	○牛乳、豚肉(もも・赤 肉)、米みそ(甘みそ)	みかん缶、だいこん、 たまねぎ、にんじん、 ごぼう、しらたき	○ビスケット ○牛乳(全園児)
02 土	きつねうどん じゃが芋のゆかり和え チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆでうどん、じゃがい も、砂糖	○牛乳、鶏肉(もも皮な し)、チーズ、油揚げ、 牛乳	たまねぎ、にんじん、 葉ねぎ	○メロンパン ○牛乳(全園児)
04 月	ご飯 さわらのトマトソース煮 ポテトサラダ わかめスープ	米、じゃがいも、エッグ ケア、コンソメ	○牛乳、さわら、ハム、 鶏がらスープ、カットわ かめ	○りんご、たまねぎ、に んじん、きゅうり、パセリ	○りんごのタルト ○牛乳(全園児)
05 火	味パン ポトフ ひじきのオムレツ フルーツゼリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	味パン、じゃがいも、 ○砂糖、コンソメ、砂 糖、油	○牛乳、卵、ウイン ナー、○きな粉、ひじ き、牛乳	○かぼちゃ、たまね ぎ、にんじん、キャベ ツ、ブロッコリー、えの きたけ	○かぼちゃの きな粉かけ ○牛乳(全園児)
06 水	麦ご飯 肉豆腐 キャベツとちくわの炒め物 キウイ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○ホットケーキミッ クス、押麦、砂糖、油	○牛乳、焼き豆腐、牛 肉○調製豆乳、ちく わ、○ハム、牛乳	たまねぎ、キャベツ、キ ウイフルーツ、にんじ ん、しらたき、ねぎ、し めじ、○コーン缶、え のきたけ	○ハムとコーンの 蒸しパン ○牛乳(全園児)
07 木	ご飯 たらのカレーあんかけ 小松菜の錦糸和え 粉ふき芋 牛乳(全園児)	じゃがいも、米、砂糖、 カレールー	牛乳、すけとうだら、錦 糸卵、あおのり	○オレンジ・ネー ブル、こまつな、たまね ぎ、にんじん、ピーマ ン、しょうが、干しい たけ	○オレンジ
08 金	ご飯 筑前煮 ツナサラダ みそ汁(玉ねぎ・油あげ)	米、じゃがいも、○味 パン、○油、フレンチド レッシング(白)、○砂 糖、○グラニュー糖、 焼ふ、砂糖、油	○牛乳、生揚げ、鶏肉 (もも皮なし)、ツナ油漬 缶、米みそ(甘みそ)、 ○油揚げ	キャベツ、にんじん、た まねぎ、れんこん、ご ぼう	○揚げパン ○牛乳(全園児)
09 土	豚丼 ブロッコリーと コーンのソテー みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、油	○牛乳、豚肉(もも・赤 肉)、牛乳	みかん缶、たまねぎ、 ブロッコリー、にんじ ん、しらたき、コーン 缶、しいたけ、葉ねぎ	○ピープ ○牛乳(全園児)
11 月	ご飯 鮭のパン粉焼き さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁	米、さつまいも、エッグ ケア、パン粉、○砂 糖、砂糖	○牛乳、さけ、木綿豆 腐、さつま揚げ、○ク リームチーズ、刻みこ んぶ	えのきたけ、にんじん、 サラダ菜、葉ねぎ	○カナッペ (クリームチーズ) ○牛乳(全園児)
12 火	肉みそスパゲティ ジャーマンポテト ブロッコリー バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	スパゲッティ、じゃがい も、○食パン、砂糖、 片栗粉、油	○牛乳、合ひき肉、 ベーコン、米みそ(甘 みそ)、牛乳	たまねぎ、バナナ、に んじん、○いちごジャ ム、もやし、ブロッコ リー、グリーンピース(冷 凍)	○ジャムサンド (いちご) ○牛乳(全園児)
13 水	ご飯 豚肉のすき煮 大根サラダ 粉ふき芋 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、○ホッ トケーキ粉、エッグケ ア、○無塩バター、砂 糖、油	○牛乳、豚肉(もも・赤 肉)、焼き豆腐、○調製 豆乳、ハム、牛乳	はくさい、たまねぎ、だ いこん、にんじん、え のきたけ、○ブルーベ リージャム、きゅうり、葉 ねぎ、パセリ	○ブルーベリー マフィン ○牛乳(全園児)
14 木	食パン 鶏肉のピザソース焼き ブロッコリーと卵のサラダ パイナップル 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	○さつまいも、食パン	○牛乳、鶏肉(もも皮な し)、卵、ツナ油漬缶、 ピザチーズ、牛乳	パイナップル、ブロッコ リー、にんじん、サラダ 菜	○ふかし芋 ○牛乳(全園児)

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
15 金	ご飯 たらの照り焼き 白和え かきたま汁	米、○焼ふ、砂糖、○ バター、○グラニュー 糖、白ごま、片栗粉	○牛乳、すけとうだら、 木綿豆腐、卵、米みそ (甘みそ)、カットわか め	ほうれんそう、しらた き、にんじん、えのきた け、サニーレタス、しよ うが	○おふの シュガーラスク ○牛乳(全園児)
16 土	みそラーメン かぼちゃの甘煮 チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆで中華めん、砂糖	○牛乳、豚肉(もも・赤 肉)、チーズ、米みそ (甘みそ)、牛乳	かぼちゃ、キャベツ、に んじん、たまねぎ、もや し、コーン缶、葉ねぎ	○スイートデニッシュ ○牛乳(全園児)
19 火	三色丼 マゼドアンサラダ オレンジ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、○パイ 生地、エッグケア、○ グラニュー糖、砂糖、 油	○牛乳、牛ひき肉、 卵、ウインナー、牛乳	オレンジ・ネーブル、ほ うれんそう、にんじん、 きゅうり、黄ピーマン	○シュガーパイ ○牛乳(全園児)
20 水	ご飯 カレー麻婆豆腐 もやしのナムル 大根の中華スープ	米、カレールー○マカ ロニ、砂糖、油、コンソ メ、ごま油、○油	○牛乳、木綿豆腐、豚 肉(もも・赤肉)、○合 びきミンチ、鶏がらスー プ	にんじん、たまねぎ、も やし、きゅうり、なす、だ いこん、○たまねぎ、し いたけ、葉ねぎ、○ ピーマン、グリーンピース	○マカロニボリタン ○牛乳(全園児)
21 木	クロワッサン トマト肉じゃが 切干大根の卵焼き ブロッコリー 牛乳(全園児)	じゃがいも、クロワッサ ン、○砂糖、砂糖、コ ンソメ	牛乳、○ヨーグルト(無 糖)、卵、牛ひき肉、○ スキムミルク	○パイナップル、たまね ぎ、にんじん、トマト ピューレ、ブロッコ リー、いんげん、切り干 しいたけ	○ヨーグルト (パイナップル)
22 金	麦ご飯 鮭の塩こうじ焼き 春雨の酢の物 じゃがいものみそ汁	米、じゃがいも、はるさ め、押麦、砂糖、白ご ま、ごま油	○牛乳、さけ、ハム、 米みそ(甘みそ)、油 揚げ	○バナナ、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、え のきたけ、葉ねぎ、サ ニーレタス	○バナナ ○牛乳(全園児)
25 月	ピラフ コロケ ほうれん草のごま和え オレンジ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	じゃがいも、米、○ポッ プコーン、パン粉、○ 砂糖、油、小麦粉、○ バター、砂糖、○油、 白ごま、コンソメ	○牛乳、合びきミン チ、豚ミンチ、牛乳	オレンジ・ネーブル、ほ うれんそう、たまねぎ、 にんじん、えのきたけ、 サラダ菜、パセリ	○キャラメル ポップコーン ○牛乳(全園児)
26 火	豆乳クリームスパゲティ スパニッシュオムレツ ブロッコリー チーズ 牛乳(全園児)	スパゲッティ、じゃが いも、コンソメ、油	牛乳、豆乳、チーズ、 ベーコン、ツナ油漬 缶、卵	○なし、たまねぎ、にん じん、ブロッコリー、し めじ、グリーンアスパラ ガス	○梨
27 水	ご飯 牛肉の甘辛煮 れんこんとレタスのサラダ 大根スープ	米、さつまいも○ホッ トケーキミックス、フレン チドレッシング(白)、 砂糖、油	○牛乳、牛肉(もも・赤 肉)、○調製豆乳、ハ ム、鶏がらスープ	なす、たまねぎ、にんじ ん、れんこん、レタス、 だいこん、しめじ、ごぼ う、ピーマン、パセリ	○ココアホットケーキ ○牛乳(全園児)
28 木	ご飯 さわらのごまみそ焼き 高野豆腐の卵とじ えのきたけのすまし汁	米、○小麦粉、○さつ まいも、○砂糖、砂 糖、白ごま、ごま油	○牛乳、さわら、卵、 米みそ(甘みそ)、○ 調製豆乳、凍り豆腐、 カットわかめ	たまねぎ、えのきたけ、 にんじん、サラダ菜、し いたけ、いんげん	○石垣もち ○牛乳(全園児)
29 金	パイナップル お月見ハンバーグ かぼちゃのサラダ スパゲティソース うさぎりんご 牛乳(全園児)	パイナップル、エッグケ ア、スパゲッティ	牛乳、うさぎ型ハン バーグ	かぼちゃ、りんご、たま ねぎ、きゅうり、サラダ 菜、干しぶどう、パセリ	○お月見ゼリー ○牛乳(全園児)
30 土	親子丼 青のりポテト バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、砂糖	○牛乳、卵、鶏肉(もも 皮なし)、かまぼこ、あ おのり、牛乳	バナナ、たまねぎ、に んじん、しいたけ、葉ね ぎ	○かぼちゃマフィン ○牛乳(全園児)

は手作りおやつです。
 はお誕生日会です。
 はひまわり組とさくら組はすみれわくわくランチの日です。
 3歳未満児の朝のおやつはお菓子です。3歳以上児の朝のおやつはありません。