

# ★ 9月 ひよこ・かえで 献立表 ★

1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	15 月	
■ごはん 米 ■豚肉のポン酢炒め ふたにく たまねぎ きやべつ にんじん ポンズ さとう しお キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 削りぶし さしお 波口しょくようゆ だしきな みそ はいさき あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく 青ねぎ みそ 濃口しょくようゆ さとう キャノーラ油 ■オクラの胡麻和え おくらじん 白いんじん さとう 濃口しょくようゆ さとう ■すまし汁 とまつな ふ 波口しょくようゆ おりん昆布 みだりし みそ はいさき あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚の唐揚げ はさ さとう 濃口しょくようゆ さとう かたくり粉 キャノーラ油 ■フロッコリーのおかか和え フロッコリー にんじん かつおぶし 濃口しょくようゆ さとう ■みぞしる きやべつ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■わかめうどん うどん とりにく かぼちゃ かまねぎ にんじん 青ねぎ だしきな 削りぶし しお カレールウ キャノーラ油 ■コールスローサラダ きんじん みりん昆布 にんじん コヨネーズ	■パンキンカレーライス とりにく かぼちゃ かまねぎ にんじん 青ねぎ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 カレールウ ブイヨン	■豚丼 米 ふたにく かぼちゃ かまねぎ にんじん 青ねぎ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■豚肉の生姜炒め ふたにく かまねぎ にんじん 青ねぎ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■コールスローサラダ きんじん みりん昆布 にんじん コヨネーズ	■ごはん 米 ふたにく かまねぎ にんじん 青ねぎ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■豚肉の甘辛炒め ふたにく かまねぎ にんじん 青ねぎ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■ジャーマンポテト がんもどき にんじん さぬさや だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■インゲンのおかか和え じやいんげん にんじん たまねぎ ワインナ キャノーラ油 ■スープ きやべつ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ふたにく かまねぎ にんじん 青ねぎ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 ■カレーピラフ 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん バセリ缶 キャノーラ油 ■豆腐ハンバーグ とうふハンバーグ ケチャップ ■ミニボトル だいこん プロッコリー にんじん コーン たまねぎ ■コーンサラダ コーン たまねぎ ■みぞしる かきゅうり にんじん マヨネーズ ■スープ こまつな ふ ブイヨン しお	■ごはん 米 ふたにく かまねぎ にんじん 青ねギ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 ■カレーピラフ 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん バセリ缶 キャノーラ油 ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょくようゆ さとう ■みぞしる かきゅうり にんじん マヨネーズ ■スープ こまつな ふ ブイヨン しお	■朝のすき焼き丼 米 とりにく たまねギ にんじん 青ねギ だしきな 削りぶし しお キャノーラ油 ■お月見献立 スパゲティ キャノーラ油 ■カレーピラフ 米 鶏ひき肉 たまねギ にんじん バセリ缶 キャノーラ油 ■豆腐ハンバーグ とうふハンバーグ ケチャップ ■ミニボトル だいこん プロッコリー にんじん コーン たまねギ ■コーンサラダ コーン たまねギ ■みぞしる かきゅうり にんじん マヨネーズ ■スープ こまつな ふ ブイヨン しお	敬老の日			
10時	■クラッカー クラッcker ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッcker クラッcker ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッcker クラッcker ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶		
3時	■ブルーベリージャムサンド クラッcker ■牛乳 牛乳	■キヤロットクッキー こむぎ粉 にんじん マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ポップコーン(ココア) ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■牛乳 牛乳	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 牛乳 牛乳	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■牛乳 牛乳	■お麸のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■お豆腐ドーナツ 木 木粉 さとう ■牛乳 牛乳	■きのこおにぎり 米 にんじん しいたけ じめじ まいたけ えのき エリンギ あぶらあげ 波口しょくようゆ さとう だしきな 削りぶし ■お茶 ほうじ茶	■ポップコーン(きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	

16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土	29 月	30 火	
■ごはん 米 ■鶏の生姜煮 さば 濃口しょくようゆ しきうが さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや こま油 穀物酢 波口しょくようゆ さとう 削りぶし みそ はいさき ふ 青ねギ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょくようゆ しきうが さとう かたくり粉 キャノーラ油 ■ほうれん草と白菜の和えもの ほうれんそう はくさい にんじん みりん風 さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや こま油 穀物酢 波口しょくようゆ さとう 削りぶし みそ はいさき ふ 青ねギ みそ だし昆布 削りぶし	■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょくようゆ しきうが さとう かたくり粉 キャノーラ油 ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお	■チキンカレー 米 とりにく じやがいも たまねギ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお	■中華丼 米 ふたにく じやがいも たまねギ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお	■ごはん 米 ふたにく じやがいも たまねギ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう はくさい にんじん みりん風 さとう ■中華スープ たまねギ カットわかめ 鶏がらスープ 波口しょくようゆ	秋分の日	■ごはん 米 ふたにく じやがいも たまねギ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう はくさい にんじん みりん風 さとう ■中華スープ たまねギ カットわかめ 鶏がらスープ 波口しょくようゆ	■ごはん 米 ふたにく じやがいも たまねギ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう はくさい にんじん みりん風 さとう ■中華スープ たまねギ カットわかめ 鶏がらスープ 波口しょくようゆ	■やきそば 小麦中華めん ふたにく じやがいも たまねギ にんじん キャノーラ油 ビーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 だいこん すまじ とうふ カットわかめ 青ねギ みそ だし昆布 削りぶし	■ポークカレー 米 ふたにく じやがいも たまねギ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり マヨネーズ ■具だくさん味噌汁 だいこん すまじ とうふ カットわかめ 青ねギ みそ だし昆布 削りぶし	■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねギ 青ねギ じようが ■ひじき ひじき にんじん あぶらあげ きぬさや 波口しょくようゆ さとう ■中華スープ たまねギ カットわかめ 鶏がらスープ 波口しょくようゆ	■ごはん 米 たらの煮付け たら じようが 濃口しょくようゆ さとう ■みぞしる ひじき にんじん あぶらあげ きぬさや 波口しょくようゆ さとう ■みぞしる かきゅうり にんじん マヨネーズ ■ごはん 米 ■鶏のマーマレード焼き とりにく マーマレード 濃口しょくようゆ さとう ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん 濃口しょくようゆ さとう ■みぞしる とうふ カットわかめ 青ねギ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶缶 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳
10時	■クラッcker クラッcker ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッcker クラッcker ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶		■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■お茶 ほうじ茶		
3時	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■セサミクッキー こむぎ粉 マーガリン ごま さとう ■牛乳 牛乳	■わかめおにぎり 米 わかめご飯の素 ■牛乳 牛乳	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサフレ ココナッツサフレ ■牛乳 牛乳		■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■きなこクッキー こむぎ粉 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■菜めし おにぎり ■牛乳 牛乳	■豚氏パイ 豚氏パイ ■牛乳 牛乳	■クラッckerジャムサンド クラッcker いちごジャム ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶缶 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	