

# 2021年度 9月 給食献立予定表

認定こども園  
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント
			赤	緑	黄		
			血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの		
1	水	○ 麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き トマト コールスローサラダ みそ汁	鶏もも肉 豆腐 みそ	果物 トマト キャベツ 人参 きゅうり コーン レモン 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 マーマレード 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 たご焼き	<p>&lt;アレルギーに 関する食材&gt;</p> <p>給食で使用し ているハム、 ベーコンなど の練り製品、 ホットケーキ ミックスなど は卵、乳を含ま ない食材を使っ ています。</p>  <p>&lt;減塩&gt; トマトには、 昆布と同じ旨 み成分が豊富 に含まれます その旨みと酸 味で、おしい 薄味料理を作 ることができます。</p>  <p>&lt;給食パン&gt;</p> <p>「ゆめワーク」に お願ひし、毎月 パンを作ってい ただき、昼食と おやつに提供 しています。 今月のおやつ はクリームパン です。</p>  
2	木	○ 麦ご飯 果物 さばのみそ煮 もやし中華和え すまし汁	さば みそ ロースハム 油揚げ	果物 もやし 人参 きゅうり えのき 人参 たまねぎ	米 押麦 砂糖 ごま油 ごま 砂糖	麦茶 セザミクッキー	
3	金	○ 食パン 果物 豆腐入りハンバーグ ツナサラダ コンソメスープ	豆腐 豚ひき肉 ツナ	果物 玉ねぎ 人参 きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ チンゲン菜 人参 もやし	食パン パン粉 マヨネーズ	麦茶 おにぎり	
4	土	○ マーボー豆腐丼 枝豆 ゼリー 中華スープ	豆腐 豚ひき肉 みそ	果物 玉ねぎ ねぎ 人参 しいたけ 枝豆	米 押麦 砂糖 ごま油 片栗粉	麦茶 源氏パイ	
6	月	○ ツナカレーライス 枝豆 オレンジ すまし汁	ツナ	玉ねぎ 人参 しめじ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 いんげん しめじ トマト 枝豆	じゃがいも カレールウ 米 押麦	麦茶 たご焼き	
7	火	○ 麦ご飯 果物 メンチカツ 切干大根煮 みそ汁	豚ひき肉 鶏ひき肉 脂揚げ	果物 玉ねぎ 人参 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖 しょうゆ	麦茶 米粉のケーキ	
8	水	○ ラーメン 焼ポテト 小魚 ゼリー	焼き豚 なたと いわし	キャベツ 玉ねぎ 人参 ねぎ	中華生麺 ごま油 片栗粉 じゃがいも	麦茶 おにぎり	
9	木	○ 麦ご飯 果物 さわらのみそ焼き トマト 伊豆のこサラダ すまし汁	さわら みそ わかめ ツナ	果物 トマト キャベツ エリンギ しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖 麩	麦茶 ココア蒸しパン	
10	金	○ 麦ご飯 果物 コロッケ ひじき煮 豚汁	ひじき 油揚げ 豚もも肉 豆腐 みそ	果物 玉ねぎ トマト 人参 いんげん 玉ねぎ 人参 大根 ごぼう ねぎ	米 押麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 米粉のケーキ	
11	土	○ 焼きそば 小魚 ヨーグルト 野菜スープ	豚もも肉 いわし ヨーグルト	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン	中華蒸麺 ごま油	麦茶 せんべい	
13	月	○ スパゲティミートソース コーンサラダ ミニゼリー もやしのスープ	豚ひき肉	玉ねぎ 人参 しめじ 玉ねぎ 人参 いんげん しめじ トマト コーン キャベツ きゅうり 人参	じゃがいも スパゲティ 砂糖 油 油 砂糖	麦茶 バナナ	
14	火	○ 麦ご飯 果物 さばの香味焼き 大豆の燗煮 みそ汁	さば 大豆 ひじき 油揚げ みそ	果物 ねぎ 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 クリームパン	
15	水	○ 麦ご飯 果物 ホイコーロー 中華春雨サラダ 中華スープ	豚もも肉 みそ ロースハム	果物 キャベツ 人参 ビーマン きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 しめじ チンゲン菜	米 押麦 砂糖 ごま油 春雨 砂糖 ごま油	麦茶 コロッケ	
16	木	○ 黒米ご飯 果物 赤魚の煮付け マカロニサラダ みそ汁	赤魚 ロースハム 豆腐 わかめ みそ	果物 きゅうり 人参 玉ねぎ	米 黒米 砂糖 マカロニ マヨネーズ	麦茶 シリアルバー	
17	金	○ 食パン 果物 チキンナゲット チーズサラダ コンソメスープ	鶏もも肉 鶏ひき肉 豆腐 チーズ	果物 玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 レモン コーン 玉ねぎ	食パン 片栗粉 パン粉 砂糖 油	麦茶 マカロニきな粉	
18	土	○ チキンライス 小魚 枝豆 ミニゼリー 野菜スープ	鶏もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ 枝豆	油 米 押麦	麦茶 せんべい	
21	火	○ 麦ご飯 果物 鶏肉のおかから揚げ フロccoli 切干大根煮 みそ汁	鶏もも肉 かつお節 油揚げ 豆腐 みそ	果物 フロccoli 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 片栗粉 砂糖 油 油 砂糖	麦茶 ふかし芋	
22	水	○ 麦ご飯 果物 鮭のチーズ焼き 千種和え みそ汁	生鮭 チーズ 油揚げ みそ	果物 トマト キャベツ ほうれん草 人参 しらたき もやし しいたけ	米 押麦 砂糖 ごま油	麦茶 揚げパン	
24	金	○ ラーメン 煮豆 小魚 ヨーグルト	豚もも肉 なたと 金時豆 いわし ヨーグルト	キャベツ 人参 もやし 筍 玉ねぎ ねぎ	中華生麺 ごま油 片栗粉 砂糖	麦茶 オレンジ蒸しパン	
25	土	○ 中華丼 チーズ 果物 みそ汁	豚もも肉 なたと チーズ	キャベツ 人参 筍 玉ねぎ ビーマン 椎茸	米 押麦 砂糖 油 片栗粉	麦茶 源氏パイ	
27	月	○ 麦ご飯 果物 魚のオーロラソース焼き トマト キャベツの塩昆布和え みそ汁	カラスカレー 昆布 わかめ みそ	果物 トマト キャベツ 人参 玉ねぎ しいたけ	米 押麦 マヨネーズ	麦茶 プリン	
28	火	○ 伊豆しかカレーライス フレンチサラダ チーズ	鹿肉 ロースハム チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん キャベツ 人参 きゅうり	じゃがいも カレールウ 米 押麦 油 砂糖	麦茶 ふわっとふー	
29	水	○ 食パン 果物 魚のフライ シルバーサラダ コンソメスープ	しいら ロースハム	果物 果物 きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ もやし チンゲン菜	食パン 小麦粉 パン粉 油 春雨 マヨネーズ	麦茶 おにぎり	
30	木	○ 麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き トマト ひじき煮 みそ汁	鶏もも肉 油揚げ ひじき 豆腐 わかめ みそ	果物 レモン りんご トマト 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 米粉のケーキ	



栄養価は、お昼とおやつ合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。  
※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

乳児	490kcal	22.2g	17.2g	1.9g
幼児	555kcal	24.0g	17.3g	2.2g

|

麦茶
ポップコーン

|