



一宮聖光幼稚園 9 月



献立表



ひにち	こんだて	ざいりょう
1 金		始業式
4 月	てりやきチキン	鶏肉 にんにく 生姜 片栗粉
	きりぼしだいこんのカレーそぼろ みそしる	豚肉 切干大根 人参 玉ねぎ 枝豆 カレールー 季節の野菜
5 火	さわらのゴママヨやき	鯖 ゴマ マヨドレ
	あつあげとやさいのにも とうがんじる	厚揚げ 大根 人参 いんげん 冬瓜 人参 ねぎ えのき
6 水	ポークビーンズ	豚肉 大豆 ひよこ豆 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ホールトマト コンソメ ケチャップ
	やさいとコーンのソテー くだもの	キャベツ 人参 コーン しめじ 季節の果物
7 木	なっとうだんご	納豆 鶏肉 豆腐 玉ねぎ にんにく 生姜 片栗粉
	なすとはるさめのちゅうかいため みそしる	なす 豚肉 人参 いんげん 春雨 生姜 中華だし 片栗粉 季節の野菜
8 金	おきなわシューシーごはん	豚肉 人参 椎茸 こんぶ
	さばのたつたあげ あおなともやしのごまあえ	鯖 生姜 片栗粉 青菜 もやし 人参 ゴマ
11 月	とりのからあげ	鶏肉 にんにく 生姜 片栗粉
	ごもくひじき みそしる	大豆 油揚げ ひじき 人参 いんげん 季節の野菜
12 火	さけのにつけ	鮭
	あおなのごまあえ みそしる	青菜 人参 もやし ゴマ 季節の野菜
13 水	きりぼしだいこんいりとりつくね	鶏肉 切干大根 玉ねぎ 人参 生姜 片栗粉
	ブロッコリーともやしのおかかあえ みそしる	ブロッコリー もやし おかか和え 季節の野菜
14 木		たんじょうびかい
	ハヤシライス	豚肉 玉ねぎ 人参 ホールトマト トマトジュース ハヤシルー コンソメ
	コールスローサラダ	キャベツ 人参 ブロッコリー コーン 酢
	りんごかんてん	りんごジュース イナアガー

☆青菜には、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

☆大豆ミートとは、大豆を丸ごと乾燥圧縮したものです。

ひにち	こんだて	ざいりょう
15 金		お弁当の日
18 月		敬老の日
19 火	さわらのさいきょうやき	鯖 西京味噌
	がんもとやさいのにも けんちんじる	がんも 大根 人参 いんげん 鶏肉 油揚げ 青菜 大根 人参 ごぼう ねぎ
20 水	にこみハンバーグ	豚肉 大豆ミート 玉ねぎ 人参 ブロッコリー にんにく 生姜 ケチャップ 片栗粉
	だいこんサラダ とうもろこしスープ	ツナ 大根 人参 マヨドレ とうもろこし 豆乳 コンソメ
21 木	とうふでんがく	とうふ
	ごもくきんぴら すいもの	竹輪 ごぼう 人参 こんにゃく いんげん 季節の野菜
22 金	こだいまい	古代米
	さばのしおやき にくじゃが みそしる	鯖 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 こんにゃく いんげん 季節の野菜
25 月	カレイのたつたあげ	カレイ 生姜 片栗粉
	こうやどうふのにつけ みそしる	高野豆腐 大根 人参 いんげん こんにゃく 季節の野菜
26 火	マーボーなす	豚肉 大豆ミート なす たら ねぎ にんにく 生姜 中華だし ごま油 片栗粉
	ちゅうかサラダ くだもの	ツナ キャベツ 人参 きくらげ わかめ ごま油 酢 季節の果物
27 水	にくだんごのあおなスープに	豚肉 大豆ミート 玉ねぎ 青菜 人参 しめじ にんにく しょうが 片栗粉
	かぼちゃとちくわのにびたし くだもの	かぼちゃ 竹輪 季節の果物
28 木	とりなんばん	鶏肉 片栗粉
	あおなのちゅうかあえ みそしる	青菜 人参 春雨 きくらげ にんにく ごま油 季節の野菜
29 金	ビビンバどん	豚肉 大豆ミート 青菜 人参 豆もやし にんにく 生姜 ごま油
	たつくり みそしる	かたくちいわし 季節の野菜

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。

