

9月幼児食予定献立表

平成29年



西原白百合保育園

日	曜日	朝のおやつ		おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1	金	はちや棒	オムライス 野菜サラダ 果物 オニオンスープ	ヨーグルト パンケーキ 牛乳	鶏肉 卵 ハム 牛乳 ヨーグルト	白米	玉ねぎ 人参 コーン グリーンピース レタス ピーマン パセリ 果物
2	土	小魚	ドライカレー ツナサラダ 果物 キャベツスープ	黒棒 チーズ 牛乳	合挽き ツナ チーズ 牛乳	白米 黒棒	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン パセリ 果物 レタス グリンピース
4	月	コーンフ レーク	玄米ご飯 魚の天ぷら 《旧盆》 果物 ごまみそあえ イナムドウチ	ぜんざい せんべい	メカジキ 卵 豚肉 かまぼこ 金時豆	白米 こんにやく 玄米 押し麦 せんべい	人参 大根 胡瓜 ねぎ トマト 椎茸 果物
5	火	ビスケット	ジュシー 和え物 果物 鶏汁	タンナファクルー ブルー 牛乳	ツナ缶 ひじき カニ棒 鶏肉 牛乳	白米 タンナファクルー こんにやく	人参 なら 胡瓜 冬瓜 人参 ねぎ 果物
6	水	レーズン	あわご飯 サバのゆかり焼き ゼリー もやし和え物 みそ汁	ちんすこう りんご 牛乳	サバ ツナ缶 牛乳	白米 あわ ちんすこう	ブロッコリー 人参 もやし しめじ ねぎ コーン 白菜 果物
7	木	果汁	お招き会(お弁当)	サーター アンダギー 牛乳			
8	金	ごまウエ ハース	グリーンピースご飯 魚フライタルタルソース 果物 もずく酢 みそ汁	ホットドック 牛乳	白身魚 卵 もずく チーズ ウィナー 牛乳	白米 パン	玉ねぎ パセリ Gピース 胡瓜 レタス 大根 果物
9	土	ビスコ	焼きそば 胡瓜の和え物 果物 ゆし豆腐	コーンフレーク レーズン 牛乳	豚肉 ゆし豆腐 鮭 牛乳 わかめ	中華麺 コーンフレーク	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ ねぎ 胡瓜
11	月	ヤクルト	シンデレラカレー 果物 コールスローサラダ 卵スープ	チョコチップ 蒸しパン 牛乳	豚ミンチ 豚レバー 卵 牛乳	白米 じゃが芋 チョコ	人参 玉ねぎ 南瓜 グリーンピース キャベツ 胡瓜 ねぎ 果物
12	火	プリン	ゆかりご飯 鶏かきあげ 果物 ほうれん草の白和え みそ汁	ちんびん 牛乳	鶏肉 卵 ツナ缶 牛乳 木綿豆腐	白米	切干大根 人参 水菜 ほうれん草 白菜 しめじ ねぎ 果物
13	水	グレープゼ リー	ごぼう入りミートスパゲティ 果物 オクラの和え物 もやしスープ	ワカメおにぎり 枝豆	合挽 ツナ缶 ワカメ 枝豆	スパゲティ 白米	玉ねぎ ごぼう トマト オクラ ピーマン 人参 もやし 小松菜 果物
14	木	クラッカー	ご飯 煮つけ 果物 納豆みそ 胡瓜の和え物 なめこ汁	ゴマケーキ 牛乳	かまぼこ 納豆 卵 牛乳	白米 こんにやく	大根 人参 ごぼう ねぎ いんげん 胡瓜 なめこ コーン 果物 玉ねぎ
15	金	せんべい	ご飯 魚の野菜あんかけ ヨーグルトあえ 白菜サラダ みそ汁	もずく ヒラヤーチー 牛乳	白身魚 ツナ缶 ワカメ 卵 ヨーグルト 牛乳 枝豆 もずく	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン ねぎ コーン えのき茸 果物 白菜
16	土	フルーツグ ラノーラ	親子丼ぶり 胡瓜の和え物 果物 アーサ汁	はちやぐみ 小魚 牛乳	鶏肉 卵 ツナ缶 アーサ 牛乳 小魚	白米 はちやぐみ	人参 玉ねぎ かいわれ 胡瓜 コーン 果物 えのき茸 ねぎ
19	火	チョコウエ ハース	ビビンバ丼 南瓜の煮物 果物 ワカメのみそ汁	ソーメン チャンプルー お茶	豚肉 ワカメ ツナ缶 牛乳	白米 ソーメン	人参 玉ねぎ もやし なら 南瓜 ねぎ 果物
20	水	オレンジゼ リー	パン ホワイトシチュー 果物 野菜サラダ ボイルウィナー	昆布おにぎり 牛乳	鶏肉 ウィナー 大豆 昆布 牛乳	パン 白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 胡瓜 ブロッコリー レタス 果物 コーン
21	木	果汁	ご飯 マーボー豆腐 果物 ごぼうサラダ もずくスープ	ふかし芋 牛乳	木綿豆腐 豚ミンチ ちくわ もずく 牛乳	白米 さつま芋	玉ねぎ ピーマン ごぼう 人参 長ネギ なら 果物 コーン 水菜
22	金	ヨーグルト	ご飯 鮭のゴマ揚げ 果物 きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁	アガラサー 牛乳	鮭 ツキアゲ 卵 牛乳	白米 じゃが芋	ブロッコリー ごぼう 人参 なら 玉ねぎ ねぎ 果物
25	月	小魚	ご飯 から揚げチキン 果物 ゴーヤーチャンプルー みそ汁	くずもち 牛乳	ツナ缶 鶏肉 卵 厚揚げ きな粉 牛乳	白米 芋くず	人参 玉ねぎ 果物 白菜 ねぎ コーン ゴーヤー 椎茸
26	火	シーカー サーゼリー	五穀米ご飯 サバのカレームニエル 果物 ひじき炒め 冬瓜のみそ汁	豆腐ドーナツ 牛乳	サバ 豚肉 ひじき 油揚げ 卵 絹豆腐 牛乳	白米 しらたき 五穀米	人参 なら 冬瓜 しめじ 小松菜 果物 ブロッコリー
27	水	はちや棒	三枚肉そば もやしの和え物 果物 金時豆の甘煮	ジュシー おにぎり 牛乳	三枚肉 カニ棒 金時豆 ひじき かまぼこ ツナ缶 牛乳	沖縄そば 白米	ねぎ もやし 胡瓜 人参 なら 果物
28	木	ヤクルト	あわご飯 鮭のチーズマヨ焼き 果物 クービルリチー 冬瓜のみそ汁	パースディケーキ 野菜ジュース	鮭 豚肉 チーズ 油揚げ 昆布	白米 ケーキ あわ	トマト コーン 人参 なら 冬瓜 ねぎ 果物 切干大根
29	金	黒棒	麦ご飯 ハンバーグ 果物 南瓜サラダ コンソメスープ	プリン クラッカー	合挽 ツナ缶 チーズ プリン 卵	白米 クラッカー 押し麦	人参 ピーマン 玉ねぎ ブロッコリー 南瓜 果物 キャベツ かいわれ
30	土	プルーン	ふりかけご飯 麩チャンプルー 果物 スパサラダ ゆし豆腐	かりんとう 牛乳	卵 豚肉 ゆし豆腐 牛乳	白米 サラスパ かりんとう	キャベツ 玉ねぎ 人参 なら レタス 胡瓜 コーン ねぎ 果物

※ 9月18日(月)は敬老の日でお休みです

※ 9月23日(土)は秋分の日でお休みです

※ 都合により献立を変更する事もあります

