



9月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2020年



日	曜	献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	火	鮭と若布とゴマのごはん 炒り玉子 トマト キャベツと人参のゆかり和え キャンディチーズ	鮭フレック・わかめ/卵 キャンディチーズ	米・いりごま/油	青菜・コーン/トマト/キャベツ 人参・ゆかりの素	塩・こしょう・ケチャップ
2	水	冷やしためきうどん 鶏の天ぷら いろいろ野菜のごまよごし オレンジ	かまぼこ・わかめ/鶏肉	うどん・揚げ玉・砂糖 小麦粉・油/すりごま	ねぎ/白菜・人参・胡瓜・えのき 赤パプリカ/オレンジ	醤油・みりん・だし
3	木	菜めしの発芽玄米ごはん 鮭の塩焼き 冬瓜のとろみ煮 具沢山のみそ汁 ソーダゼリー	米・発芽玄米・菜めしの素/鮭・塩 冬瓜・花かつお・砂糖・みりん・醤油・だし・片栗粉 木綿豆腐・じゃが芋・玉葱・人参・わかめ・ねぎ・だし・みそ/ソーダゼリー			
4	金	肉じゃがコロケ 具沢山のナポリタンスパ ごはん キャベツと油揚げのみそ汁 梨	肉じゃがコロケ ウインナー/油揚げ・みそ	油/スパゲティ/米	玉葱・コーン・ピーマン 赤パプリカ・黄パプリカ・椎茸 キャベツ/梨	ケチャップ・塩・こしょう だし
7	月	チーズinハンバーグ 花野菜のソテー ごはん 玉葱とわかめのスープ パイン缶	チーズinハンバーグ わかめ	油/米	ブロッコリー・カリフラワー コーン・人参/玉葱/パイン缶	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・だし
8	火	焼肉丼 青菜ともやしのナムル 若布とコーンのスープ バナナ	豚肉/わかめ	米・砂糖・油/いりごま ごま油	にんにく・しょうが・玉葱 ピーマン・人参・しめじ/青菜 もやし/コーン/バナナ	みりん・醤油・中華味・塩 こしょう
9	水	鰯の西京焼き さつま芋の甘煮 ごはん 豆腐と貝割れのお吸いもの 梨	さわら・みそ/木綿豆腐	砂糖・油/さつま芋/米	貝割れ/梨	みりん・醤油・だし
10	木	十五穀米 オクラ納豆 車麩の米粉揚げ スティック胡瓜 具沢山のみそ汁 食べる小魚(ごま含む)	米・雑穀・五穀/オクラ・納豆・いりごま・醤油 車麩・米粉・しょうが・醤油・みりん・油/胡瓜 里芋・木綿豆腐・ごぼう・大根・人参・ねぎ・わかめ・だし・みそ/食べる小魚			
11	金	カレーライス ミートボール コールスロー オレンジ	豚肉/ミートボール	米・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/オレンジ	手作りドレッシング
14	月	サバの味噌煮 ひじきの炒め煮 ごはん 花麩とわかめのお吸い物 グレープゼリー	鯖・みそ/ひじき・油揚げ わかめ/グレープゼリー	砂糖・油/米/花麩	しょうが/人参・椎茸 グリーンピース	みりん・醤油・だし
15	火	ポテト入り焼きそば(子供洋食) こんにゃくとちくわのみそかけ オレンジ	豚肉/ちくわ・みそ	焼きそば・油・じゃが芋 砂糖	人参・玉葱・キャベツ・もやし ピーマン・木耳/蒟蒻/オレンジ	ソース・みりん
16	水	鶏の鍋照り焼き 里芋のころころ煮 ポイルドブロッコリー ごはん 具沢山のみそ汁 キャンディチーズ	鶏肉/木綿豆腐・みそ キャンディチーズ	片栗粉・砂糖・油 六角里芋/米	ブロッコリー/大根・人参・椎茸 ねぎ	醤油・みりん・だし
17	木	麻婆飯 大豆ミートのから揚げ 華風和え バナナ	米・発芽玄米・豆/ナス・木綿豆腐・玉葱・椎茸・ねぎ・みそ・にんにく・みりん・砂糖・醤油・ごま油・中華味・片栗粉 大豆ミート・しょうが・にんにく・みりん・醤油・片栗粉・油 キャベツ・人参・胡瓜・えのき・いりごま・ごま油・砂糖・酢・醤油 バナナ			
18	金	バターロールパン トマト ウインナーとマカロニのクリーム煮 貝割れ入りコーンサラダ 食べる小魚(ごま含む)	ウインナー/ツナ缶 食べる小魚	ロールパン/マカロニ シチュールウ・油	トマト/玉葱・人参・ブロッコリー 貝割れ・コーン・キャベツ・胡瓜	塩・こしょう 手作りドレッシング
23	水	メンチカツのカレーソース インゲンとコーンのソテー ごはん 切干大根と若布のみそ汁 プチゼリー	メンチカツ/わかめ・みそ プチゼリー	油・カレールウ/米	コーン・インゲン・椎茸 切干大根	塩・こしょう・だし
24	木	ハッシュドポーク チキンナゲット 彩り野菜のサラダ キャンディチーズ	豚肉/チキンナゲット キャンディチーズ	米・油 ブラウンシチュールウ	玉葱・マッシュルーム グリーンピース/ブロッコリー カリフラワー・赤パプリカ・コーン	手作りドレッシング
25	金	さんまの塩焼き 青梗菜のサツと炒め 十五穀米 茄子と油揚げのみそ汁 梨	サンマ/鶏肉/油揚げ・みそ	油/米・雑穀	青梗菜・もやし・人参・しめじ なす/梨	塩・こしょう・だし
28	月	中華飯 焼売 中華風豆腐サラダ 食べる小魚(ごま含む)	豚肉/焼売/木綿豆腐 わかめ/食べる小魚	米・ごま油・片栗粉	白菜・もやし・玉葱・人参・木耳 キャベツ・レタス・トマト	醤油・中華味・だし 手作りドレッシング
29	火	ヒレカツとエビフライ ツナとキャベツのマカロニサラダ ごはん 冷たいコーンスープ フルーツマフィン	ヒレカツ・えびフライ ツナ缶/コーンスープ	油/マカロニ・マヨネーズ 米/ケーキミックス・砂糖	キャベツ・胡瓜・玉葱・コーン 人参/フルーツミックス缶 (黄緑・洋なし・ぶどう・パインアップル・さくらんぼ)	ケチャップ・ソース
30	水	鶏肉と茄子の揚げ出し 切干大根の煮付け ごはん パイナップル	鶏肉/油揚げ	油・砂糖/米	なす・赤パプリカ・黄パプリカ ピーマン/切干大根・人参 インゲン/パイナップル	醤油・みりん・だし

9/18は
「貝割れ大根の日」



材料等の都合により献立を変更することがございます。