



# 9月の給食献立予定表



令和2年 認定こども園ぬめぎ

日付	献立	材 料 名			3時おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1日(火)	南の島のカレーライス フルーツサラダ	米、じゃがいも、マンシュマロ クラッカー、カレールウ	牛乳、合挽肉 うずら卵、ウインナー ヨーグルト	人参、ピーマン、たまねぎ コーン缶、にんにく、オクラ ミニトマト、パセリ、バナナ みかん缶、パイン缶、もも缶	牛乳 マンシュマロサンド	スプーン
2日(水)	ご飯 豚肉のみそ炒め さつまいもの天ぷら ブロッコリー パナナ	米、さつまいも、油、片栗粉 三温糖、小麦粉	牛乳、豚肉、みそ、煮干し	たまねぎ、キャベツ ピーマン、ブロッコリー にんじん、にら、しめじ もやし、にんにく、バナナ	牛乳 いりこ お菓子	
3日(木)	ご飯 ツナ入り厚焼き卵 煮物 ミニトマト オレンジ	米、食パン、じゃがいも バター、グラニュー糖 三温糖	牛乳、卵、ツナ缶	オレンジ、にんじん たまねぎ、ミニトマト ねぎ、しいたけ、ひじき	牛乳 ココロラスク	
4日(金)	ご飯 いわしのアングレース パナナ 春雨の酢の物 こんにゃく煮	米、こんにゃく、油 片栗粉、パン粉、はるさめ 三温糖	牛乳、いわし かにかまぼこ、煮干し	バナナ、キャベツ、もやし にんじん、きゅうり しょうが、わかめ	牛乳 いりこ お菓子	
5日(土)	ふれあいの日		牛乳		牛乳 お菓子	
7日(月)	人参ご飯 なす入りマーボー豆腐 バナナ	米、ロールパン、ごま油 焼きそばめん、片栗粉	牛乳、豆腐、豚ひき肉 油揚げ、ちりめん、豚肉 みそ	にんじん、たまねぎ バナナ、なす、キャベツ にら、しいたけ、ねぎ にんにく、しょうが あおのり	牛乳 焼きそばパン	スプーン
8日(火)	ご飯 鮭のポテト焼き ブロッコリー スパゲティパオリタン オレンジ	米、さつまいも、じゃがいも スパゲティ、砂糖 マヨネーズ、黒ごま	牛乳、さけ、ベーコン とろけるチーズ	オレンジ、たまねぎ ブロッコリー、にんじん エリンギ、ピーマン あおのり	牛乳 大学芋	
9日(水)	ご飯 エッググラタン 金時豆煮 のりの佃煮 添え野菜 ぶどう	米、三温糖、小麦粉 マカロニ、バター	牛乳、卵、金時豆 とろけるチーズ、ベーコン 生クリーム、スキムミルク 煮干し	ぶどう、にんじん たまねぎ、ほうれんそう きゅうり、コーン缶 のり佃煮	牛乳 いりこ お菓子	
*誕生日会* 10日(木)	赤飯 お月見バーグ ミニトマト ツナサラダ うさぎのかまぼこ プチゼリー	米、もち米、パン粉、油 三温糖、スポンジケーキ ごま塩、プチゼリー	牛乳、合挽肉、絞ひ豆腐 かまぼこ、卵、うすら卵 ツナ缶、あずき、生クリーム	キャベツ、たまねぎ、ぶどう にんじん、りんご、コーン缶 ミニトマト、きゅうり みかん缶、パイン缶、ひじき	牛乳 ぶどうケーキ	
11日(金)	ご飯 チャプチェ スティック人参 卵焼き パナナ	米、三温糖、はるさめ ごま油、ごま	牛乳、卵、牛肉 かにかまぼこ、煮干し	にんじん、バナナ、ねぎ たけのこ、しいたけ ピーマン、にんにく	牛乳 いりこ お菓子	
12日(土)	ふれあいの日		牛乳		牛乳 お菓子	
14日(月)	ちらし寿司 すまし汁 オレンジ	米、小麦粉、三温糖、ココア	牛乳、卵、豆腐、あなご かまぼこ、高野豆腐	オレンジ、にんじん えのきたけ、みかん缶 きゅうり、ねぎ、 グリーンピース、ひじき わかめ、干しいたけ	牛乳 ココアブラウニー	
15日(火)	ご飯 卵入り五目炒め ミニトマト かぼちゃの天ぷら ぶどう	米、小麦粉、油、片栗粉	牛乳、卵、ツナ缶	かぼちゃ、ぶどう、キャベツ たまねぎ、にんじん、しめじ ミニトマト、コーン缶 ピーマン、クリームコーン缶	牛乳 コーン蒸しパン	
16日(水)	ご飯 ヘルシーミートローフ ドレッシングサラダ ブロッコリー パナナ	米、マカロニ、油 パン粉、三温糖	牛乳、合挽肉、絞ひ豆腐 卵、ハム、大豆、煮干し	バナナ、キャベツ たまねぎ、ブロッコリー きゅうり、コーン缶 ひじき、にんじん	牛乳 いりこ お菓子	
17日(木)	ご飯 まさご揚げ ミニトマト 青菜のおかか和え オレンジ	米、油、片栗粉、三温糖	牛乳、絞ひ豆腐、鶏ひき肉 きな粉、かまぼこ、かつお節	オレンジ、キャベツ、小松菜 ミニトマト、ほうれんそう にんじん、たまねぎ、もやし コーン缶、しいたけ、ねぎ ひじき	牛乳 わらび餅	
18日(金)	ご飯 鯖の煮付け スイートポテトサラダ ブロッコリー パナナ	米、じゃがいも、さつまいも マヨネーズ、三温糖	牛乳、さば、ハム、煮干し	バナナ、ブロッコリー にんじん、たまねぎ きゅうり、コーン缶 しょうが	牛乳 いりこ お菓子	
19日(土)	ふれあいの日		牛乳		牛乳 お菓子	
21日(月)	敬老の日					
22日(火)	秋分の日					
23日(水)	鶏ごぼうご飯 臭汁 オレンジ	米、じゃがいも、こんにゃく	牛乳、アイスクリーム 大豆、鶏ひき肉、油揚げ みそ	オレンジ、にんじん、ごぼう ねぎ、たまねぎ、しめじ	牛乳 アイスクリーム	
24日(木)	鮭わかめご飯 ポークピース バナナ	米、じゃがいも、三温糖 スティックパン	牛乳、さけ、大豆、豚肉 ベーコン、煮干し 粉チーズ	たまねぎ、バナナ、にんじん トマトジュース、コーン缶 ホールトマト缶、しめじ グリーンピース	牛乳 スティックパン	スプーン
25日(金)	ご飯 ピザ風オムレツ ブロッコリー ちりめん酢の物 オレンジ	米、じゃがいも、三温糖 すりごま	牛乳、卵、とろけるチーズ ベーコン、ちりめん、煮干し	オレンジ、キャベツ、もやし にんじん、たまねぎ、しめじ ブロッコリー、きゅうり ピーマン、わかめ	牛乳 いりこ お菓子	
26日(土)	ふれあいの日		牛乳		牛乳 お菓子	
28日(月)	三色丼 もずくスープ 梨	米、小麦粉、三温糖 バター	牛乳、豆腐、鶏ひき肉 大豆、卵、ちくわ	なし、にんじん、たまねぎ ほうれんそう、しいたけ ねぎ、しめじ、えのきたけ もずく	〈カムカムおやつ〉 牛乳 大豆かりんとう	
29日(火)	ご飯 さんまの塩焼き 筑前煮 ブロッコリー パナナ	米、こんにゃく、三温糖	牛乳、さんま、鶏もも肉 ちくわ	バナナ、れんこん、だいこん にんじん、ブロッコリー たけのこ、ごぼう、もも缶 いんげん、みかん缶 粉かんでん	牛乳 果物ゼリー	
30日(水)	ご飯 鶏のから揚げ 野菜の梅マヨ和え ミニトマト オレンジ	米、油、マヨネーズ 片栗粉	牛乳、鶏もも肉、かまぼこ 煮干し、かつお節	キャベツ、オレンジ、もやし ミニトマト、にんじん きゅうり、にんにく しょうが、うめビューレ	牛乳 いりこ お菓子	

※園児登園口に、おすすめ給食メニューを9月から掲示しますので、ご自由におとりください。