



# 9月給食献立表



2022年 カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。

林田保育園

日	曜	昼食	10時(3未)	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	
			ミルク					
1	木	レバーのしぐれ煮 えのきのみそ汁 白和え バナナ	シガーフライ	ホットケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肝臓・豆腐・煮干・みそ	揚げせんべい・上白糖・ごま ホットケーキMIX・バター	生姜・ほうれんそう・人参 えのきたけ・ねぎ・わかめ バナナ	
2	金	鮭の照り焼き こまつなのみそ汁 ポテトサラダ オレンジ	かみかみ こんぶ	ラスク	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・さけ ロースハム・みそ・煮干	じゃがいも・マヨネーズ・パン 上白糖・マーガリン	昆布・人参・きゅうり・こまつな たまねぎ・わかめ・オレンジ	
3	土	焼きそば チーズ 煮干かりんと バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚肉 かつお節・煮干・チーズ	中華めん・調合油・上白糖 マーガリン・パン	キャベツ・もやし・人参・椎茸 ピーマン・あおのり・バナナ	
5	月	コロケ すまし汁 和風サラダ オレンジ	ビスケット	たいやき	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豆腐 かまぼこ・煮干	ビスケット・コロケ・調合油 たいやき	キャベツ・人参・もやし・わかめ コーン・ねぎ・わかめ・オレンジ	
6	火	カレーライス ゆで卵 アスパラソテー チーズ バナナ	さきするめ	チョコチップ クッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・牛肉・ベーコン・卵 チーズ・生クリーム	じゃがいも・調合油・バター 薄力粉・マーガリン・上白糖	たまねぎ・人参・しめじ ほうれんそう・コーン アスパラガス・バナナ	
7	水	鶏のみそマヨ焼き 野菜スープ ひじきの五日煮 オレンジ	シガーフライ	昆布おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 みそ・大豆・油揚げ・チーズ	揚げせんべい・上白糖 マヨネーズ・米	にんにく・ほしひじき・人参 グリーンピース・キャベツ・もやし たまねぎ・ピーマン・しめじ オレンジ・塩昆布	
8	木	肉団子のケチャップ和え ナムル わかめスープ オレンジ	パン	ぶどうゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 合挽肉	パン・上白糖・調合油・ごま油	たまねぎ・グリーンピース キャベツ・もやし・人参・ねぎ コーン・わかめ・オレンジ ぶどう飲料・寒天	
9	金	いわしの生姜煮 かぼちゃのみそ汁 切干大根のサラダ オレンジ	かみかみ こんぶ	マーガリン サンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 いわし・ツナ缶・油揚げ 煮干・みそ	上白糖・ごま油・ごま パン・マーガリン	昆布・生姜・切干大根・きゅうり 塩昆布・レモン・ねぎ・かぼちゃ 人参・オレンジ	
10	土	かやくうどん チーズ 煮干かりんと バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・かまぼこ 油揚げ・煮干・チーズ	うどん・上白糖・マーガリン パン	人参・椎茸・ねぎ・バナナ	
12	月	鶏肉のあんず焼き もやしのみそ汁 じゃこサラダ オレンジ	ビスケット	プリン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 しらす干し・油揚げ・煮干 みそ	ビスケット・あんずジャム 上白糖・ごま油・プリンの素	生姜・キャベツ・人参・きゅうり にら・もやし・オレンジ	
13	火	中華丼 ゆで卵 さつまいものオレンジ煮 チーズ 梨	さきするめ	クラッカー サンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・豚肉・卵・チーズ	米・片栗粉・ごま油 さつまいも・上白糖 クラッカー・いちごジャム	白菜・椎茸・もやし・たまねぎ 人参・チンゲンサイ・生姜 みかん飲料・なし	
14	水	◎パンの日◎ カツサンド 野菜スープ ごぼうサラダ オレンジ	シガーフライ	梅しらす おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚ヒレ・ベーコン・しらす	揚げせんべい・ロールパン マヨネーズ・米	キャベツ・ごぼう・人参・きゅうり もやし・たまねぎ・ピーマン オレンジ・梅	
15	木	きのこハンバーグ コーンスープ 人参の甘煮 バナナ	スナックパン	わらびもち	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 合挽肉・きな粉	パン・パン粉・上白糖 マーガリン・薄力粉・くず粉	たまねぎ・人参・椎茸 えのきたけ・しめじ・コーン パセリ・バナナ	
16	金	白身魚のてんぷら わかめのみそ汁 卵の花炒め オレンジ	かみかみ こんぶ	レアチーズ ケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 シルバー・おから・竹輪 油揚げ・豆腐・みそ・煮干 クリームチーズ・生クリーム	天ぷら粉・調合油・上白糖	昆布・人参・たまねぎ・椎茸 ねぎ・ほしひじき・わかめ オレンジ・レモン	
17	土	ミートスパゲティー チーズ バナナ 煮干かりんと	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・合挽肉 チーズ・煮干	パスタ・上白糖・マーガリン パン	たまねぎ・人参・椎茸・ピーマン グリーンピース・バナナ	
19	月	敬老の日						
20	火	タンドリーチキン 豆腐のみそ汁 マカロニサラダ オレンジ	ビスケット	お好み焼き	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 ヨーグルト・ロースハム 豆腐・油揚げ・煮干・みそ 豚肉・卵	ビスケット・マカロニ マヨネーズ・プレミックス粉	にんにく・たまねぎ・人参 きゅうり・ねぎ・わかめ・オレンジ キャベツ・あおのり	
21	水	牛丼 ゆで卵 かぼちゃの煮物 チーズ バナナ	さきするめ	ちんすこう	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・牛肉・卵・チーズ	米・上白糖・薄力粉・調合油	たまねぎ・人参・椎茸・ねぎ かぼちゃ・バナナ	
22	木	♥誕生日会♥ ピラフ 春雨サラダ 鶏肉のから揚げ キャベツスープ 梨	シガーフライ	アイスクリーム	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ベーコン・鶏肉・ロースハム アイスクリーム	揚げせんべい・米・バター 片栗粉・調合油・春雨 上白糖	人参・たまねぎ・しめじ・コーン えだまめ・生姜・きゅうり キャベツ・なし	
23	金	秋分の日						
24	土	わかめうどん チーズ バナナ 煮干かりんと	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・鶏肉・油揚げ 煮干・チーズ	うどん・上白糖・マーガリン パン	ねぎ・人参・椎茸・わかめ バナナ	
26	月	筑前煮 すまし汁 キャベツサラダ オレンジ	ビスケット	チョコサンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 ロースハム・豆腐・かまぼこ 煮干	ビスケット・上白糖・調合油 マヨネーズ・パン チョコレートクリーム	ごぼう・人参・グリーンピース 椎茸・キャベツ・りんご・きゅうり みつば・わかめ・オレンジ	
27	火	豚汁 ゆで卵 おきな和え チーズ バナナ	さきするめ	やみつき おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・豚肉・油揚げ・豆腐 竹輪・みそ・煮干・卵・チーズ 天かす	さつまいも・調合油・めし	大根・人参・ごぼう・椎茸・ねぎ 生姜・きゅうり・たくあん漬 塩昆布・バナナ・あおさ	
28	水	チキンの甘酢焼 なめこのみそ汁 もやしのごま和え オレンジ	パン	スイートポテト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 豆腐・煮干・みそ・生クリーム	パン・片栗粉・上白糖 調合油・ごま・さつまいも バター	生姜・もやし・人参・こまつな なめこ・ねぎ・わかめ・オレンジ	
29	木	牛肉と小松菜のカレーソテー かぼちゃサラダ バナナ なすのみそ汁	シガーフライ	ドーナツ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・牛肉 ロースハム・油揚げ・煮干 みそ	揚げせんべい・マヨネーズ ホットケーキMIX グラニュー糖・調合油	こまつな・赤ピーマン・たまねぎ にんにく・かぼちゃ・きゅうり 人参・ねぎ・なす・わかめ バナナ	
30	金	鯖の煮付け じゃがいものみそ汁 バナバンジーサラダ 梨	かみかみ こんぶ	マスカット ゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・さば ささ身・煮干・みそ	上白糖・ごま油・じゃがいも ゼリー	昆布・生姜・キャベツ・人参 きゅうり・ねぎ・たまねぎ・なし	

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。14日はパンの日です。黄、青、白組はご飯はいりません。22日は誕生日会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。※都合により、献立は変更になる場合があります。