

9月献立表

令和3年 8月31日

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (水)	しょくパン・牛乳 シーフードナポリタン ウインナーとやさいの ソテー	しょくパン・ぎゅうにゅう・カットスパゲティ・しばえび・いか・たまねぎ・にんじん・ ピーマン・マッシュルームみずに・あぶら・ケチャップ・こなチーズ・バター・ウイン ナー・キャベツ・あかピーマン・もやし    	菓子類 おかき	ミニピザ
2 (木)	むぎめしカレー・牛乳 (高木兼寛麦飯カレーの日) おかかサラダ	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたロースにく・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・ ピーマン・あぶら・エブリーカレー・にんにく・りんご・ケチャップ・ウスター ソース・とりがら・きゅうり・かつおぶし・しょうゆ・マヨネーズ	菓子類 クラッカー	かしパンるい
3 (金)	むぎごはん・牛乳 さかなのさいきょうやき ゆかりあえ そえプチトマト とうふのすましじる	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・さわか・みそ・みりん・さけ・さとう・あぶら・キャ ベツ・にんじん・きゅうり・ゆかりこ・プチトマト・とうふ・ほししいたけ・ほう れんそう・たまねぎ・しょうゆ・にぼし   	菓子類 カルシウム ヨーグルト	いちごババロア
4 (土)	むぎごはん・牛乳 あげぎょうざ ナムルふうあえもの たまごスープ	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・キャベツ・ぶたにく・たまねぎ・ニラ・しょうゆ・に んにく・しょうが・ごまあぶら・さとう・こむぎこ・だいこん・ほうれんそう・に んじん・しろごま・す・たまご・わかめ・みつば・にぼし 	菓子類 せんべい	アイス風 ムース
6 (月)	むぎごはん・牛乳 ぶつとんに ツナマヨサラダ	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたももにく・さとう・しょうゆ・しょうが・さけ・ あぶら・たまねぎ・にんじん・みりん・みつば・にぼし・キャベツ・コーン・ツ ナ・マヨネーズ	菓子類 ほねぶと チーズ	フライド ポテト
7 (火)	むぎごはん・牛乳 ハンバーグ ブロッコリーのごまずあえ にんじんのあまに えのきのみそしる	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぎゅうミンチ・にんじん・たまねぎ・しいたけ・パン こ・たまご・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう・ブロッコリー・しろ ごま・しょうゆ・す・えのき・わかめ・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし 	菓子類 あられ	ブドウゼリー
8 (水)	ロールパン・牛乳 ごもくうどん ちりめんこんぶあえ オレンジ	ロールパン・ぎゅうにゅう・うどん・とりにく・にんじん・ほししいたけ・ねぎ・ ごぼう・あぶらあげ・しょうゆ・みりん・にぼし・きゅうり・しらす・きざみこん ぶ・さとう・す・ごまあぶら・オレンジ  	菓子類 クッキー	リゾット
9 (木)	コーンごはん・牛乳 ポークソテーのわふう ソース ゆでやさい だいこんのみそしる	こめ・むぎ・コーン・ぶたロースにく・たまねぎ・しょうが・しょうゆ・さけ・あ ぶら・みそ・ケチャップ・かたくりこ・キャベツ・にんじん・だいこん・とうふ・ わかめ・あぶらあげ・にぼし    	菓子類 カルシウ ムおかき	おふラスク ジュース
10 (金)	むぎごはん・牛乳 さけのみそバターやき ひじきのようふうサラダ きのこのスープ	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・さけ・バター・みそ・さとう・さけ・しょう ゆ・しょうが・ひじき・みりん・ツナ・レモンかじゅう・きゅうり・もや し・にんじん・オリーブオイル・す・かまぼこ・しめじ・えのき・わかめ・ ねぎ・とりがら	みかん 	ヨーグルト ケーキ
11 (土)	ロールパン・牛乳 ミートスパゲティ ブロッコリーのあえもの	ロールパン・ぎゅうにゅう・カットスパゲティ・ぶたミンチ・たまねぎ・にんじ ん・グリーンピース・だいずみずに・ケチャップ・トマトピューレ・デミグラスソー ス・ウスターソース・さとう・にんにく・あぶら・ブロッコリー・コーン・しょう ゆ・しろごま	菓子類 おかき	りんごゼリー
13 (月)	むぎごはん・牛乳 さといものそぼろに さけぱっぱ ほうれんそうのすましじる	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・さといも・とりミンチ・たまねぎ・にんじん・こん にやく・あつあげ・グリーンピース・あぶら・さとう・しょうゆ・さけ・かたくり こ・ほうれんそう・はなふ・ほししいたけ・みりん・にぼし  	菓子類 せんべい	てづくりプリン 
14 (火)	むぎごはん・牛乳 なごやふうからあげ そえやさい かぼちゃのみそしる	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・とりももにく・ヨーグルト・かたくりこ・あぶら・ しょうゆ・みりん・さとう・にんにく・しょうが・しろごま・レタス・プチマト ト・かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・あつあげ・にら・みそ・にぼし  	バナナ 	おにむしパン 

15 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・ぎゅうももにく・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・	菓子類 クラッカー	ピーチケーキ
	ビーフシチュー	しめじ・あぶら・にんにく・とりがら・こめこ・バター・ケチャップ・トマト		
	スイートポテトサラダ	ビュレ・デミグラスソース・ウスターソース・さつまいも・きゅうり・ロースハム・マヨネーズ・みかん		
	くだもの (みかん)			
16 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・あじ・しょうが・さとう・しょうゆ・みりん・ほうれ	カルシウム ヨーグルト	アメリカン ドッグ
	さかなのてりに	んそう・キャベツ・にんじん・しろごま・もずく・えのきたけ・ねぎ・ごまあぶ		
	ほうれんそうの	ら・だしこんぶ・かつおぶし		
	ごまあえ			
17 (金)	もずくスープ		菓子類 あられ	くだもの (なし) せんべい
	さけなごはん・牛乳	こめ・ぎゅうにゅう・あおな・べにさけフレーク・ごま・あつあげ・ぶた		
	キャベツとあつあげの	ロースにく・しょうが・にんにく・ごまあぶら・キャベツ・たまねぎ・にん		
	いためもの	じん・たけのこ・ニラ・しょうゆ・さとう・みりん・かたくりこ・とりに		
18 (土)	さつまじる	く・ごぼう・さつまいも・ねぎ・にぼし・みそ	菓子類 カルシウ ムおかき	フルーツムース
	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・やさいかきあげ・あぶら・うどん・とりももに		
	かきあげうどん	く・ほそぎりかまぼこ・にんじん・ほししいたけ・ねぎ・しょうゆ・みり		
	せんぎりだいこんと	ん・にぼし・かいそうサラダミックス・きりぼしだいこん・きゅうり・ツ		
21 (火)	かいそうのサラダ	ナ・す・さとう・ごまあぶら	菓子類 ビスケット	かえりとだいず のあげに
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたミンチ・とうふ・たまねぎ・にんじん・ほししい		
	マーボーどうふ	たけ・グリーンピース・にんにく・しょうが・みそ・さとう・しょうゆ・ごまあぶ		
	きゅうりとちくわの	ら・かたくりこ・きゅうり・わかめ・ちくわ・しろごま・す・えのきたけ・ねぎ・		
22 (水)	すのもの	たまご・にぼし	菓子類 せんべい	みかん かりんとう
	かきたまスープ			
	クロワッサン・牛乳	クロワッサン・ぎゅうにゅう・とりにく・しょうゆ・しょうが・かたくり		
	とりにくのオーロラ	こ・あぶら・ケチャップ・みそ・さとう・みりん・マカロニ・ロースハム・		
24 (金)	ソースあえ	きゅうり・にんじん・マヨネーズ・たまねぎ・キャベツ・ウインナー・ね	菓子類 カルシウ ムおかき	おはぎ
	マカロニサラダ	ぎ・とりがら・てづくりゼリー (あおりんごゼリーのもと・ホイップクリー		
	キャベツのスープ	ム・ももかん)		
	てづくりりんごゼリー			
25 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・さわら・しょうが・しろごま・ねぎ・しょうゆ・みり	菓子類 サブレ	かぼちゃ ドーナツ
	さかなのきじやき	ん・あぶら・キャベツ・きゅうり・にんじん・しおこんぶ・あぶらあげ・わかめ・		
	そくせきづけ	とうふ・ごじるのもと・にぼし・みそ		
	ごじる			
27 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・とりももにく・しょうゆ・しょうが・にんにく・こむ	かたぬき チーズ	ふかしいも
	とりのからあげ	ぎこ・あぶら・キャベツ・コーン・にんじん・す・さとう・たまねぎ・ウイン		
	キャベツとコーンの	ナー・パセリ・とりがら		
	サラダ			
28 (火)	オニオンスープ		菓子類 せんべい	フルーツイン ゼリー
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・だいずみずに・とりにく・にんじん・ごぼう・きざみ		
	だいずのごもくに	こんぶ・いんげん・さとう・しょうゆ・みりん・にぼし・ほうれんそう・ベーコ		
	ポパイサラダ	ン・コーン・ひじき・マヨネーズ・なす・えのきたけ・あつあげ・ねぎ・みそ		
29 (水)	あきなすのみそしる		菓子類 ビスコ	やきうどん
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・はるまきのかわ・ぶたひきにく・はるさめ・にんじ		
	てづくりはるまき	ん・たけのこ・ほししいたけ・にら・しょうが・さとう・しょうゆ・みりん・ごま		
	もやしのすじょうゆあえ	あぶら・オイスターソース・もやし・す・わかめ・とうふ・たまねぎ・えのき・ね		
30 (木)	わかめスープ	ぎ・にぼし	菓子類 あられ	バナナ ドーナツ
	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・しろみぎかな・しょうゆ・こむぎこ・たまご・パン		
	しろみぎかなのフライ	こ・あぶら・ブロッコリー・プチトマト・とにゅう・す・さとう・ベーコン・た		
	そえやさい	まねぎ・じゃがいも・にんじん・パセリ・バター・ぎゅうにゅう・とりがら		
30 (木)	(とにゅうマヨネーズ)		菓子類 あられ	バナナ ドーナツ
	ベーコンチャウダー			
	ひむかどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたロースにく・しょうゆ・にんじん・きりぼしだい		
	ちゅうかスープ	こん・たまねぎ・ピーマン・あかピーマン・ほししいたけ・あぶら・にんにく・		
30 (木)	くだもの (なし)	しょうが・オイスターソース・さとう・みりん・ごまあぶら・ニラ・えのきたけ・		
		とりがら・なし		