

# 9月幼児食予定献立表

令和 2年度

認定こども園アリス幼稚園



曜日	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 火	玄米ごはん ナスの挽き肉炒め スパサラダ 厚揚げの味噌汁 スイカ	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	豚肉 厚揚げ ヨーグルト 卵 牛乳	もちっ玄米 白米 スパ麺 マ ヨネーズ ケーキックス	ナス 人参 玉ねぎ 胡瓜 林檎 スイカ
2 水	お弁当会				
3 木	旧盆休み				
4 金	パジタールカレー ルーツサラダ ぶどう・林檎 ジュース(明治)	フレンチトースト 牛乳	鶏もも肉 鶏ガラ 牛乳 卵	白米 マカロニ マヨネーズ 食パン	玉ねぎ 人参 オクラ ナス へちま 南瓜
5 土	クファージュシー 和え物 厚揚げの 味噌汁 パナナ	かき揚げ ヨーゴ	ツナ缶 ひじき 刻み昆布 厚揚げ わかめ カニ棒 卵	白米 小麦粉	人参 ニラ 胡瓜 ネギ 牛蒡 コーン かいわれ パナナ
7 月	あんかけ焼きそば ビーンズ サラダ 茄子の味噌汁 アイスクリーム	おかかおにぎり 牛乳	豚肩ロース トニー 大豆 わかめ 枝豆 鰹節 薄揚げ 牛乳	焼きそば麺 片栗粉 白米	人参 玉ねぎ 筍 ビーマン 胡瓜 ナス 白菜 青ビーマン
8 火	粟ご飯 照り焼きチキン ひじき炒め かきたま汁 パイン	もちもちどら焼き 牛乳	鶏肉 ツキアゲ 厚揚げ 卵 ヒジキ ツナ・鯖缶 牛乳	白米 粟 コンニャク ケーキックス 白玉粉 小倉あん	大蒜 ブロccoli モヤシ 玉ねぎ ネギ パイン
9 水	お弁当会				
10 木	ゆかりご飯 鯖の味噌煮 クラブ リーチ 冬瓜の味噌汁 ぶどう	胡麻ケーキ 牛乳	鯖 刻み昆布 ベーコン ツナ缶 厚揚げ 卵 牛乳	白米 ゆかりふりかけ ケーキックス バター すりごま	生姜 人参 冬瓜 コンニャク しめじ 小松菜 ぶどう
11 金	野菜(沖縄)そば シラスの卵焼き モウイの和え物 シークワサーゼリー	鮭おにぎり 牛乳	豚肩ロース 蒲鉾 シラス干し 塩昆布 鮭フレーク 牛乳	沖縄そば麺 白米	人参 キャベツ モヤシ ネギ シークワサーゼリー(明治)
12 土	チキンライス 胡瓜の和え物 アーサ汁 ネーブル	ヒヤチ ヨーゴ	鶏肉 卵 アーサ ツナ缶	白米 薄力粉	人参 玉ねぎ ビーマン グリンピース キャベツ 林檎 アーサ ニラ ネーブル
14 月	五穀米ご飯 豆腐ハンバーグ オクラの和え物 ワカメスープ パイン	砂糖てんぷら 牛乳	島豆腐 ツナ缶 系かつお わかめ ひじき 卵 牛乳	白米 五穀米 パン粉 ケーキックス 薄力粉 炒りごま	玉ねぎ 人参 オクラ コーン モヤシ パイン
15 火	麦ご飯 中華丼 肉汁入 中華スープ 黄桃	アガラサー 牛乳	豚肩ロース うずらの卵 ツナ缶 牛乳 卵	白米 押し麦 強力粉 黒糖 チョコチップ	キャベツ 人参 椎茸 小松菜玉ねぎ しめじ ニラ モーイ 黄桃缶
16 水	お弁当会				
17 木	秋鮭寿司 パパイヤリチー ゆし豆腐 ぶどう	チーズサブ 牛乳	紅鮭 ひじき 卵 豚肩ロース 牛乳 ゆし豆腐 ツナ缶 粉チーズ	白米 炒りごま ケーキックス バター 切りコンニャク	パパイヤ かいわれ ニラ 人参 ぶどう ネギ ぶどう
18 金	麦ご飯 豚カツ 南瓜の含め煮 わかめの 味噌汁 プリン	パースデー 牛乳	豚ロース わかめ 牛乳 卵	白米 押し麦 パン粉 パースデーケーキ	ブロッコリー コーン 南瓜 えのき茸 ネギ プリン
19 土	鶏そばろ井 マカロニサラダ 山東菜の 味噌汁 バレンシアオレンジ	チヂミ ヨーゴ	鶏ミンチ 卵 ツナ缶 麩	白米 マカロニ マヨネーズ ゴマ油 三温糖 上新粉	玉ねぎ 人参 山東菜 ニラ コーン オレンジ
23 水	お弁当会				
24 木	納豆ご飯 白身魚フライ オクラ入り麩炒め モズク酢(みかん) ゆし豆腐 梨	ジャムトースト 牛乳	納豆 白身魚 卵 モズク 豚肉 ゆし豆腐 麩 牛乳	白米 小麦粉 片栗粉 食パン マーレド	オクラ 人参 みかん缶 梨
25 金	麦ご飯 唐揚げチキン からし菜ファンブル ソーメン汁 フルーツヨーグルト和え	アメリカドッグ 牛乳	鶏もも肉 島豆腐 ツナ缶 油揚 げ ヨーグルト ウィナー 卵 牛乳	白米 押し麦 片栗粉 小麦粉 ケーキックス ソーメン	粒コーン からし菜 人参 パナナ ネギ みかん缶
26 土	炊き込みご飯 胡瓜の和え物 鶏汁 パナナ	ポテトフライ チーズ ヨーゴ	鶏もも肉 ツナ缶 ちくわ 卵	白米 小麦粉 コンニャク	人参 椎茸 ニラ 冬瓜 胡瓜 牛蒡 玉ねぎ パナナ
28 月	麦ご飯 麻婆豆腐 ｷｷﾞﾈｯﾄ ｺﾝｽﾞｽｰﾌﾟ ﾊｲﾝ	ピーチマフィン 牛乳	島豆腐 合挽肉 卵 牛乳 チキンナゲット 脱脂粉乳	白米 押し麦 薄力粉 片栗粉 三温糖 ゴマ油	人参 椎茸 玉ねぎ 大蒜 生姜 ニラ 小松菜 かいわれ パイン
29 火	ふりかけご飯 秋刀魚のかば焼き 切干大根煮 冬瓜の味噌汁 林檎	スコーン 牛乳	秋刀魚 豚肉 ツキアゲ ツナ缶 油揚げ 卵 豆乳 牛乳	ふかけ 白米 片栗粉 ライ麦 チョコチップ 薄力粉	ブチトマト 切干大根 人参 冬瓜 ネギ 林檎
30 水	お弁当会				

※ 9月3日は旧盆休みです。

※ 9月21日は敬老の日でお休みです

※ 9月22日は秋分の日でお休みです。

