

令和6年9月 献立表



長栄保育園

★印はマヨネーズ使用です

日	曜日	献立名	主食	材 料 名			お や つ		
				熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	乳 児 (午前)	乳幼児 (午後)	
2	月	鶏肉とキャベツのスープ煮 チーズサラダ★	ロールパン	油 ジャガイモ	鶏もも肉 チーズ ロースハム	にんじん たまねぎ キャベツ 赤ピーマン きゅうり	牛 乳 アスバラガス ビスケット	牛 乳 みりん揚げ	
3	火	じゃがいもきんぴら 合わせみそ汁	ごはん	じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう 白ごま	豚もも肉 揚げはん 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん さやいんげん たまねぎ 葉ねぎ しめじ	お 茶 ぼりんこ	牛 乳 ボン菓子	
4	水	肉団子の甘酢あんかけ 中華スープ 味付け煮干	ロールパン	ごま油 かたくり粉 さとう 油	豚ひき肉 ロースハム 味付け煮干	葉ねぎ たまねぎ 赤ピーマン もやし たけのこ さやえんどう 干し椎茸 チンゲンサイ にんじん コーン缶	お 茶 あられ	お 茶 まんじゅう	
5	木	切干大根の煮付け みそ汁	ごはん	油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節	切干しだいこん にんじん かぼちゃ さやいんげん たまねぎ 葉ねぎ しめじ	牛 乳 満月ぼんせんべい	お 茶 寒天フルーツ	
6	金	野菜の炊き合わせ 納豆あえ	ごはん	油 さともいも 板こんにゃく さとう	鶏もも肉 揚げ半 削り節 納豆 花かつお	にんじん ごぼう グリンピース(冷) 干し椎茸 ほうれんそう もやし	お 茶 卵ボーロ	牛 乳 ムーンライト	
7	土	ミートソーススパゲティ 発酵乳	/	スパゲティ 油	豚ひき肉 粉チーズ 発酵乳	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース(冷) しめじ	お 茶 おかき	/	
9	月	煮魚(生揚げ) 合わせみそ汁 フルーツゼリー	ごはん	さとう フルーツゼリー	さかな 生揚げ 削り節	しょうが たまねぎ なす にんじん 葉ねぎ	お 茶 マリー	牛 乳 ホームパイ	
10	火	豚肉のしょうが炒め のっぺい汁	ごはん	さとう 油 さともいも かたくり粉	豚もも肉 油揚げ 削り節	しょうが たまねぎ にんじん 干し椎茸 こまつな だいこん	お 茶 シガーフライ	なし ミレービスケット	
11	水	ケチャップライス 魚フライ コンソメスープ	ごはん	油 小麦粉 パン粉(乾)	ウィンナー さかな	たまねぎ にんじん 青ピーマン もやし キャベツ えのきたけ コーン缶 パセリ	お 茶 ハーベスト	お 茶 ケーキ	
12	木	ゆかりごはん いり豆腐 ツナときゅうりの酢の物	ごはん	油 さとう	豆腐 鶏ひき肉 卵 干しひじき ツナ缶	ゆかり粉 たまねぎ にんじん 干し椎 茸 さやいんげん キャベツ きゅうり	牛 乳 コーンフレーク	牛 乳 パウムクーヘン	
13	金	チキンサンド ミネストローネ	食パン	さとう 油 ジャガイモ	鶏もも肉 ベーコン	キャベツ にんじん セロリー たまねぎ トマト パセリ	お 茶 雪の宿かりんとう	お 茶 ヨーグルト	
14	土	ラーメン プリン	/	中華麺(生) 油 ごま油 プリン	焼き豚 生わかめ	にんじん もやし コーン缶 葉ねぎ	お 茶 おかき	/	
16	月	敬老の日							/
17	火	そばろどんぶり 白みそ汁 味付け煮干	麦ごはん	さとう かたくり粉 油	鶏ひき肉 卵 削り節 味付け煮干	グリンピース(冷) だいこん こまつな にんじん たまねぎ 葉ねぎ	お 茶 花三色せんべい	牛 乳 チーズおかき	
18	水	鶏肉とキャベツのスープ煮 チーズサラダ★	ロールパン	油 ジャガイモ	鶏もも肉 チーズ ロースハム	にんじん たまねぎ キャベツ 赤ピーマン きゅうり	牛 乳 ウエハース	牛 乳 クリームラスク	
19	木	じゃがいもきんぴら 合わせみそ汁	ごはん	じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう 白ごま	豚もも肉 揚げはん 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん さやいんげん たまねぎ 葉ねぎ しめじ	お 茶 野菜かりんとう	野菜ジュース じゃこボール	
20	金	野菜の炊き合わせ 納豆あえ	ごはん	油 さともいも 板こんにゃく さとう	鶏もも肉 揚げ半 削り節 納豆 花かつお	にんじん ごぼう グリンピース(冷) 干し椎茸 ほうれんそう もやし	お 茶 満月ぼんせんべい	牛 乳 まがりせんべい	
21	土	ミートソーススパゲティ フルーツゼリー	/	スパゲティ 油 フルーツゼリー	豚ひき肉 粉チーズ 発酵乳	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース(冷) しめじ	お 茶 おかき	/	
23	月	振替休日							/
24	火	魚のカレー揚げ 野菜スープ	コッペパン	小麦粉 油 ジャガイモ	さかな ロースハム	もやし にんじん キャベツ たまねぎ パセリ	お 茶 青のりせんべい	お 茶 きなこおほぎ	
25	水	手作りカレーライス ツナあえ	麦ごはん	油 ジャガイモ 小麦粉 バター さとう ごま油 すりごま(白)	豚もも肉 ツナ缶	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷) キャベツ こまつな もやし	牛 乳 チーズクラッカー	牛 乳 ホワイトロータ	
26	木	チキンサンド ミネストローネ	食パン	さとう 油 ジャガイモ	鶏もも肉 ベーコン	キャベツ にんじん セロリー たまねぎ トマト パセリ	お 茶 かりんとう	お 茶 ヨーグルト	
27	金	切干大根の煮付け みそ汁	ごはん	油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節	切干しだいこん にんじん かぼちゃ さやいんげん たまねぎ 葉ねぎ しめじ	牛 乳 たべっこ動物	牛 乳 ハッピーターン	
28	土	ラーメン プリン	/	中華麺(生) 油 ごま油 プリン	焼き豚 生わかめ	にんじん もやし コーン缶 葉ねぎ	お 茶 おかき	/	
30	月	煮魚(生揚げ) 合わせみそ汁 フルーツゼリー	ごはん	さとう フルーツゼリー	さかな 生揚げ 削り節	しょうが たまねぎ なす にんじん 葉ねぎ	お 茶 源氏パイ	牛 乳 しるこサンド	