



# 9月 献立表

2021年  
大宮すこやか保育園

|      | 献立名                                  | 材料名 ※材料が変更になる可能性があります                         |                                  |                                                 | 午前<br>おやつ .....(3歳未満児)<br>午後      |
|------|--------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------|
|      |                                      | 熱や力になるもの                                      | 血や肉や骨になるもの                       | 体の調子を整えるもの                                      |                                   |
| 1 水  | ご飯<br>豚肉の生姜炒め<br>チンゲン菜のお浸し<br>味噌汁    | 米/サラダ油/マヨネーズ/<br>食パン/上白糖/マーガリン                | 豚バラ肉/味噌/きな粉/牛<br>乳               | たまねぎ/ピーマン/しょう<br>が/キャベツ/チンゲン菜/<br>もやし/人参/大根/ワカメ | 星たべよ<br>牛乳<br>きなこトースト<br>牛乳       |
| 2 木  | ご飯<br>たらのチーズ焼き<br>もやしのじゃこ和え<br>味噌汁   | 米/サラダ油/マーガリン/<br>おせんべい                        | たら/チーズ/しらす干し/<br>味噌              | いんげん/コーン/もやし/<br>人参/きゅうり/小松菜                    | マリービスケット<br>牛乳<br>プリン<br>おせんべい    |
| 3 金  | カレーピラフ<br>チキンボール<br>コンソメスープ          | 米/サラダ油/上白糖/焼き<br>そば麺                          | 鶏挽肉/チキンボール/<br>フィッシュソーセージ/牛<br>乳 | たまねぎ/人参/コーン/グ<br>リーンピース/チンゲン菜/<br>キャベツ/のり       | ハーベスト<br>牛乳<br>焼きそば<br>牛乳         |
| 4 土  | ご飯<br>はんぺんサンドフライ<br>ポテトフライ<br>和風スープ  | 米/小麦粉/パン粉/サラダ<br>油/マヨネーズ/じゃがいも<br>/ゴマ/片栗粉/ゴマ油 | ハム/チーズ/豆乳/牛乳/は<br>んぺん            | ブロッコリー/きゅうり/人<br>参/コーン/白菜/じゃがい<br>も             | ルヴァン<br>牛乳<br>いもち<br>牛乳           |
| 6 月  | ご飯<br>チキンのトマト煮<br>マカロニサラダ<br>コンソメスープ | 米/じゃがいも/サラダ油/<br>片栗粉/マカロニ/マヨネー<br>ズ/上白糖/マーガリン | 鶏小間肉/牛乳                          | たまねぎ/人参/にんにく/<br>パセリ/きゅうり/コーン/<br>マッシュルーム/のり    | ビスコ<br>牛乳<br>じゃがバター<br>牛乳         |
| 7 火  | ご飯<br>さわらの照り焼き<br>ひじきと蒸し鶏のサラダ<br>味噌汁 | 米/上白糖/さつまいも/マ<br>ヨネーズ/ゴマ                      | 鶏ササミ/味噌/油揚げ/牛<br>乳               | 牛蒡/人参/グリーンピース<br>/芽ひじき/しめじ                      | 白い風船<br>牛乳<br>おいなりさん<br>牛乳        |
| 8 水  | ハヤシライス (麦)<br>チーズサラダ<br>コンソメスープ      | 米/サラダ油/食パン/イチ<br>ゴジャム/リンゴジャム                  | 豚バラ肉/チーズ/牛乳                      | たまねぎ/人参/マッシュ<br>ルーム/キャベツ/きゅうり<br>/コーン/チンゲン菜     | 星たべよ<br>牛乳<br>サンドイッチ<br>牛乳        |
| 9 木  | みそラーメン<br>ほうれん草のきのこ炒め<br>バナナ         | ラーメン/サラダ油/米                                   | 豚バラ肉/鶏小間肉/ツナフ<br>レーク/牛乳          | もやし/人参/ピーマン/<br>コーン/ほうれん草/たまね<br>ぎ/しめじ/えのき/バナナ  | ヨーグルト<br>ツナおにぎり<br>牛乳             |
| 10 金 | ご飯<br>鶏の唐揚げ<br>かぼちゃサラダ<br>味噌汁        | 米/小麦粉/片栗粉/サラダ<br>油//マヨネーズ/マカロニ/<br>ゴマ/上白糖     | 鶏もも肉/チーズ/味噌/牛<br>乳               | しょうが/ブロッコリー/か<br>ぼちゃ/きゅうり/大根の葉<br>/大根           | ハーベスト<br>牛乳<br>黒ゴママカロニ<br>牛乳      |
| 11 土 | ご飯<br>厚揚げの五目炒め<br>きんぴらごぼう<br>味噌汁     | 米/サラダ油/片栗粉/ゴマ<br>油/上白糖/ゴマ/麩/さつま<br>いも/マーガリン   | 厚揚げ/豚バラ肉/鶏挽肉/<br>味噌/牛乳           | ピーマン/たまねぎ/人参/<br>きくらげ/牛蒡/チンゲン菜<br>/レーズン         | ルヴァン<br>牛乳<br>スイートポテト<br>牛乳       |
| 13 月 | ご飯<br>ポークチャップ<br>春雨サラダ<br>たまごスープ     | 米/サラダ油/上白糖/春雨/<br>マヨネーズ/ゴマ/上新粉/<br>ゴマ油        | 豚バラ肉/卵/牛乳                        | たまねぎ/人参/マッシュ<br>ルーム/きゅうり/コーン/<br>ワカメ/ネギ         | ビスコ<br>牛乳<br>米粉のチヂミ<br>牛乳         |
| 14 火 | 焼うどん<br>小松菜磯和え<br>味噌汁                | うどん/サラダ油/麩/ホッ<br>トケーキミックス                     | 豚バラ肉/油揚げ/味噌/豆<br>乳/牛乳            | キャベツ/たまねぎ/人参/<br>小松菜/のり/ワカメ/かつ<br>お節/かぼちゃ       | 白い風船<br>牛乳<br>かぼちゃ入りホット<br>ケーキ 牛乳 |



# 9月 献立表

2021年  
大宮すこやか保育園

|    | 献立名                                                     | 材料名 ※材料が変更になる可能性があります                 |                         |                                            | 午前<br>おやつ .....(3歳未満児)<br>午後   |
|----|---------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------|
|    |                                                         | 熱や力になるもの                              | 血や肉や骨になるもの              | 体の調子を整えるもの                                 |                                |
| 15 | 水<br>カレーピラフ<br>チキンボール<br>コンソメスープ                        | 米/サラダ油/上白糖/食パン/マーガリン                  | 鶏挽肉/チキンボール/牛乳/きな粉       | たまねぎ/人参/コーン/グリーンピース/チンゲン菜                  | 星たべよ<br>牛乳<br>きなこトースト<br>牛乳    |
| 16 | 木<br>ご飯<br>たらのチーズ焼き<br>もやしのじゃこ和え<br>味噌汁                 | 米/サラダ油/マーガリン                          | たら/チーズ/しらす干し/味噌         | いんげん/コーン/もやし/人参/きゅうり/小松菜                   | マリービスケット<br>牛乳<br>プリン<br>おせんべい |
| 17 | 金<br>ご飯<br>豚肉の生姜炒め<br>チンゲン菜のお浸し<br>味噌汁                  | 米/サラダ油/マヨネーズ/上白糖/マーガリン/焼きそば麺          | 豚バラ肉/味噌/牛乳/フィッシュソーセージ   | たまねぎ/ピーマン/しょうが/キャベツ/チンゲン菜/もやし/人参/大根/ワカメ/のり | ハーベスト<br>牛乳<br>焼きそば<br>牛乳      |
| 18 | 土<br>ご飯<br>はんぺんサンドフライ<br>ポテトフライ<br>和風スープ                | 米/小麦粉/パン粉/サラダ油/マヨネーズ/じゃがいも/ゴマ/片栗粉/ゴマ油 | ハム/チーズ/豆乳/牛乳/はんぺん       | ブロッコリー/きゅうり/人参/コーン/白菜/じゃがいも                | ルヴァン<br>牛乳<br>いももち<br>牛乳       |
| 21 | 火<br>ご飯<br>さわらの照り焼き<br>ひじきと蒸し鶏のサラダ<br>味噌汁               | 米/上白糖/さつまいも/マヨネーズ/ゴマ/片栗粉              | 鶏ササミ/味噌/油揚げ/牛乳/かんてん/さわら | 牛蒡/人参/グリーンピース/芽ひじき/しめじ                     | 白い風船<br>牛乳<br>おつきみゼリー<br>牛乳    |
| 22 | 水<br>ハヤシライス (麦)<br>チーズサラダ<br>コンソメスープ                    | 米/サラダ油/食パン/イチゴジャム/リンゴジャム              | 豚バラ肉/チーズ/牛乳             | たまねぎ/人参/マッシュルーム/キャベツ/きゅうり/コーン/チンゲン菜        | 星たべよ<br>牛乳<br>サンドイッチ<br>牛乳     |
| 24 | 金<br>ご飯<br>鶏の唐揚げ<br>かぼちゃサラダ<br>味噌汁                      | 米/小麦粉/片栗粉/サラダ油/マヨネーズ/マカロニ/ゴマ/上白糖      | 鶏もも肉/チーズ/味噌/牛乳          | しょうが/ブロッコリー/かぼちゃ/きゅうり/大根の葉/大根              | ハーベスト<br>牛乳<br>黒ゴママカロニ<br>牛乳   |
| 25 | 土<br>ご飯<br>厚揚げの五目炒め<br>きんぴらごぼう<br>味噌汁                   | 米/サラダ油/片栗粉/ゴマ油/上白糖/ゴマ/麩/さつまいも/マーガリン   | 厚揚げ/豚バラ肉/鶏挽肉/味噌/牛乳      | ピーマン/たまねぎ/人参/きくらげ/牛蒡/チンゲン菜/レーズン            | ルヴァン<br>牛乳<br>スイートポテト<br>牛乳    |
| 27 | 月<br>ご飯<br>ポークチャップ<br>春雨サラダ<br>たまごスープ                   | 米/サラダ油/上白糖/春雨/マヨネーズ/ゴマ/上新粉/ゴマ油        | 豚バラ肉/卵/牛乳               | たまねぎ/人参/マッシュルーム/きゅうり/コーン/ワカメ/ネギ            | ビスコ<br>牛乳<br>米粉のチヂミ<br>牛乳      |
| 28 | 火<br>☆☆☆☆誕生日会☆☆☆☆<br>ケチャップライス<br>和風あんかけハンバーグ<br>コンソメスープ | 米/上白糖/片栗粉/ホットケーキミックス                  | 鶏小間肉/ハンバーグ/豆乳/ジョア       | たまねぎ/しめじ/キャベツ/人参/かぼちゃ                      | 白い風船<br>牛乳<br>かぼちゃ入りホットケーキ ジョア |
| 29 | 水<br>カレーピラフ<br>チキンボール<br>コンソメスープ                        | 米/サラダ油/上白糖/食パン/マーガリン                  | 鶏挽肉/チキンボール/牛乳/きな粉       | たまねぎ/人参/コーン/グリーンピース/チンゲン菜/キャベツ/のり          | 星たべよ<br>牛乳<br>きな粉トースト<br>牛乳    |
| 30 | 木<br>ご飯<br>たらのチーズ焼き<br>もやしのじゃこ和え<br>味噌汁                 | 米/サラダ油/マーガリン/おせんべい                    | たら/チーズ/しらす干し/味噌         | いんげん/コーン/もやし/人参/きゅうり/小松菜                   | マリービスケット<br>牛乳<br>プリン<br>おせんべい |