

2020年度9月の献立表

◎都合により献立が変わることがあります

高鷲保育園

日 ／ 曜	献立名	午前のおやつ (乳児のみ)
		午後のおやつ
01 ～ 火 ～	納豆ごはん 筑前煮 白菜ときゅうりのおかか和え	ウインナー あんバタートースト 牛乳
02 ～ 水 ～	さわらのみそ煮 小松菜の白和え 茄子と玉ねぎのすまし汁 ごはん	ポテトフライ 黒糖のかるかん 豆乳(ココア)
03 ～ 木 ～	鶏肉の梅みそ焼き キャベツのごま酢和え かぼちゃと舞茸のすまし汁 ごはん	蒸し芋 黒ごまちんすこう 牛乳
04 ～ 金 ～	麻婆どんぶり はるさめの酢の物	レーズン 大学いも 牛乳
05 ～ 土 ～	ビビンバ 韓国風スープ	梨 きな粉芋 豆乳
07 ～ 月 ～	サバの塩焼き(完了:サワラ) 里芋と鶏肉の旨煮 とろろ昆布の赤だし ごはん	レーズン かぼちゃようかん 牛乳
08 ～ 火 ～	秋野菜カレー (完了:肉じゃが) ごぼうサラダ	ポテトフライ ツナサンド 牛乳
09 ～ 水 ～	豚肉のスタミナ焼き ひじきサラダ なめこと若布のみそ汁 ごはん	レーズン 中華おこわ かりかり煮干し
10 ～ 木 ～	ぶっかけきつねうどん 豚バラこんにゃく	蒸し芋 クロワッサン いちじく 牛乳
11 ～ 金 ～	 誕生会メニュー  五目寿司 鶏肉のから揚げ かぼちゃの含め煮 大根と玉ねぎのみそ汁	ウインナー きな粉棒 フルーツゼリー 豆乳(ココア)
12 ～ 土 ～	やきとり丼 豆腐と小松菜のみそ汁	梨 米粉の黒ごまクッキー 豆乳
14 ～ 月 ～	☆ ラッキー人参デー  鶏肉のマーマレード焼き キャベツとツナの梅和え 若布としめじのみそ汁 ごはん	レーズン わらび餅 牛乳

15	鯛めし （厚揚げの土佐煮 火 きゅうりともやしのゆかり和え ）	ポテトフライ イチゴジャムトースト 牛乳
16	納豆ごはん （筑前煮 水 白菜ときゅうりのおかか和え ）	ウインナー 米粉のレーズンケーキ 豆乳(黒蜜)
17	さわらのみそ煮 （小松菜の白和え 木 茄子と玉ねぎのすまし汁 ） ごはん	蒸し芋 ラスク 梨 牛乳
18	麻婆どんぶり （はるさめの酢の物 金 ）	レーズン スイートパンプキン 牛乳
19	ビビンバ （韓国風スープ 土 ）	梨 きな粉棒 豆乳
23	鶏肉の梅みそ焼き （キャベツのごま酢和え 水 かぼちゃと舞茸のすまし汁 ） ごはん	レーズン 大学いも 梨 豆乳(ココア)
24	サバの塩焼き(完了:サワラ) （里芋と鶏肉の旨煮 木 とろろ昆布の赤だし ） ごはん	蒸し芋 おはぎ 牛乳
25	ぶっかけきつねうどん （豚バラこんにゃく 金 ）	ウインナー 栗おこわ 牛乳
26	やきとり丼 （豆腐と小松菜のみそ汁 土 ）	梨 焼き芋 豆乳
28	秋野菜カレー （完了:肉じゃが） 月 ごぼうサラダ ）	レーズン フルーツサンド 牛乳
29	豚肉のスタミナ焼き （ひじきサラダ 火 なめこと若布のみそ汁 ） ごはん	ポテトフライ 炒めビーフン 牛乳
30	鯛めし （厚揚げの土佐煮 水 きゅうりともやしのゆかり和え ）	レーズン 米粉のおから入りクッキー 豆乳(黒蜜)