

# 2023年度 9月の給食予定献立表

2023年9月

つくし保育園

日付	曜日	献立名	主な材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は10:00-18:30, ○は15:00)
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
4	月	さんまのかぼ焼き丼 ひじきと豆腐のサラダ かぼちゃとチンゲン菜のみそ汁	米、○バター、○小麦粉、○砂糖、片栗粉、油、三温糖、ごま油	さんま、豆腐、○卵、油揚げ	ほうれんそう、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、チンゲンサイ、ひじき、しょうが	○ごまスティック ○パウンドケーキ ○麦茶
5	19 火	厚揚げドライカレーライス しらすと切干大根のサラダ 野菜コーンスープ	米、○三温糖、さつまいも、小麦粉、油、片栗粉、三温糖	○牛乳、豆乳、豚肉、生揚げ、しらす干し、○セラチン	コーン、にんじん、たまねぎ、いんげん、ほうれんそう、切干だいこん、ねぎ、しょうが、にんにく	○せんべい ○ミルクプリン ○麦茶
6	20 水	かき揚げうどん お豆腐ナゲット もやしの中華風和え物	うどん、○食パン、片栗粉、小麦粉、油、三温糖、ごま油	○牛乳、豆腐、鶏肉、鶏肉、○しらす干し	たまねぎ、にんじん、もやし、ごまつな、ごぼう、しゅんぎく、にんにく、しょうが、○あおのり	○カルシウムせんべい ○じゃこトースト ○牛乳
7	21 木	ロールパン タンドリーチキン フロッコリーのサラダ キャベツとじゃがいものスープ	○米、ロールパン、じゃがいも、片栗粉、三温糖、油	鶏肉、チーズ	たまねぎ、キャベツ、フロッコリー、コーン、にんじん、きゅうり、○こんぶ、にんにく、レモン	○クラッカー ○昆布おにぎり ○麦茶
1		(お弁当給食) ごはん、アジしそフライ、すき焼き風煮、ほうれん草のごま和え、みかん				○せんべい ○マドレーヌ ○麦茶
15	29 金	ゆかり御飯 さけの西京焼き いんげんのごまマヨあえ なすとわかめのみそ汁	米、さつまいも、○バター、○小麦粉、○砂糖、三温糖、ごま	さけ、○生クリーム、○卵	いんげん、○みかん缶、○もも缶、ねぎ、にんじん、わかめ	○せんべい (15日) ○お誕生日ケーキ ○麦茶 (29日) ○さつまいもチップス ○牛乳
11	月	(お弁当給食) ごはん、ハンバーグトマトソース、スパゲティ、ポテトサラダ、チョコケーキ				○せんべい
25		(お弁当給食) ごはん、カレー、チキンカツ、マカロニサラダ、いちごケーキ				○パウムクーヘン ○麦茶
12	26 火	きのこのハヤシライス さつまいもサラダ 押し麦とほうれん草のスープ	米、さつまいも、○三温糖、押麦、油	牛肉	○バナナ、○りんご、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ほうれんそう、しめじ、きゅうり、コーン、○粉かんでん	○ごまスティック ○すりおろしりんごゼリー ○バナナ ○麦茶
13	27 水	ジャージャー麺 焼きかぼちゃ天 じゃがいもと小松菜のスープ	中華めん、○食パン、じゃがいも、○三温糖、片栗粉、ごま油、油、ごま、三温糖	○牛乳、豚肉	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、○レモン、ピーマン、ごまつな	○カルシウムせんべい ○レモンジャムサンド ○牛乳
14	28 木	食パン 野菜コロッケ トマトスープ 切干大根のツナサラダ	じゃがいも、○米、食パン、油、小麦粉、パン粉、三温糖	豚肉、○さけ、牛肉、ツナ	たまねぎ、トマト、にんじん、チンゲンサイ、きゅうり、とうもろこし、えのきたけ、切干だいこん、グリーンピース	○クラッカー (14日) ○鮭おにぎり、○麦茶 (28日) ○ドーナツ、○麦茶
8	22 金	御飯 あじの香り焼き かぼちゃの甘煮 油揚げと小松菜のみそ汁	米、○小麦粉、片栗粉、○油、三温糖、油	○牛乳、あじ、豆腐、○豆乳、○つぶしあん、○卵、油揚げ	かぼちゃ、ごまつな、にんにく	○ごまスティック ○小豆蒸しパン ○牛乳

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しください。よろしくお願いいたします。