

平成29年 9月の献立

	月 11・25日	火 12・26日	水 13・27日	木 14・28日	金 1・15・29日	土 2・16・30日
献立	すき焼き風煮 青菜とささみの和え物 さつまいの味噌汁	さんまの塩焼き うの花 茄子の味噌汁	豆腐のつくね焼き 青菜のポン酢和え どさんこ汁	カレーライス わかめとコーンのサラダ	キャベツの味噌炒め 南瓜の含め煮 豆腐とわかめの味噌汁	五目ラーメン
材料	牛肉 玉葱 さつまい 焼き豆腐 大根 青葱 しらたき ゴボウ 麩 みりん 生姜 酒 生姜 鰹だし 砂糖 醤油 味噌 小松菜 えのき茸 鶏ささみ 醤油 ゴマ油 鰹だし 酒 みりん 醤油 塩	さんま おから 塩 ゴボウ 人参 茄子 さつまい もやし しめじ 玉葱 板かまぼこ 油揚げ 青葱 鰹だし 鰹だし 味噌 砂糖 醤油	豆腐 玉葱 豚肉 生姜 鶏ひき肉 ニンニク 片栗粉 じゃが芋 醤油 人参 長葱 サラダ油 もやし 醤油 砂糖 コーン みりん 豆腐 味噌 バター ほうれん草 もやし しめじ 人参 鰹だし ポン酢 醤油	鶏もも肉 わかめ じゃが芋 胡瓜 人参 玉葱 人参 レタス カレールー コーン 牛乳 マヨネーズ 塩 胡椒 醤油 酢 サラダ油 すりごま 練りごま 砂糖 塩 ゴマ油	(15日は、お弁当日です。) キャベツ 南瓜 玉葱 人参 鰹だし ピーマン 砂糖 醤油 豚肉 ニンニク 豆腐 味噌 砂糖 わかめ 醤油 酒 油揚げ ゴマ油 青葱 味噌 鰹だし	中華麺 ほうれん草 もやし 焼き豚 わかめ コーン 中華だし 醤油
おやつ	リンゴのマフィン 牛乳 ホットケーキミックス りんご 砂糖 水	豆乳くずもち 牛乳 豆乳 片栗粉 砂糖 きな粉 塩	麩菓子 ヤクルト 麩 黒砂糖 無塩バター	バナナ、小魚 牛乳 バナナ 小魚 酒 砂糖 醤油 ゴマ	ジャムサンド 牛乳 食パン 苺ジャム	パン 牛乳
	月 4日	火 5・19日	水 6・20日	木 7・21日	金 8・22日	土 9日
献立	白身魚のカレー風味揚げ ひじきと大豆の含め煮 青菜の味噌汁	5日 麺の日 19日 お誕生日会	ビーフシチュー 焼き南瓜のグリーンサラダ	鯖の西京焼き 切干大根のゴマ酢和え 豚汁	大豆と揚げじゃが芋の煮物 小松菜のさっと煮 冬瓜のすまし汁	冷やし中華
材料	白身魚 ひじき 大豆 小麦粉 人参 油揚げ 片栗粉 鰹だし カレー粉 砂糖 醤油 塩 サラダ油 ほうれん草 しめじ 玉葱 油揚げ 鰹だし 味噌		じゃが芋 玉葱 人参 牛肉 マッシュルーム ビーフルー 塩 胡椒 牛乳 南瓜 ベビーリーフ ベーコン ミニトマト 塩 胡椒 マヨネーズ オリーブオイル 玉葱 醤油 砂糖	鯖 酒 豚肉 白菜 西京味噌 ゴボウ 砂糖 つき蒟蒻 みりん 人参 醤油 塩 もやし 鰹だし 切干大根 味噌 ほうれん草 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 いりごま すりごま	大豆 人参 小松菜 じゃが芋 人参 鶏もも肉 油揚げ 玉葱 鰹だし 赤パプリカ 砂糖 醤油 黄パプリカ 鰹だし 冬瓜 油揚げ 醤油 えのき茸 みりん わかめ 生姜 サラダ油 鰹だし 醤油 片栗粉 みりん 塩	中華麺 胡瓜 ハム 卵 ミニトマト 中華スープ 酢 塩 醤油 砂糖 生姜汁 ゴマ油
おやつ	枝豆・じゃが芋のバター焼 牛乳 枝豆 塩 じゃが芋 塩 無塩バター	フレンチトースト 牛乳 食パン 卵 牛乳 砂糖	6日 煮りんご、かみかみ昆布 20日 ヨーグルト ヤクルト	きな粉マカロニ 牛乳 マカロニ きな粉 塩 砂糖	焼き芋 牛乳 さつまい	パン 牛乳

