様式F106

はいしゃさんの保育園(一般)

2020年09月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 ソイジュース、ビスケット	2 麦茶、ビスケット	3 ソイジュース、ビスケット	4 麦茶、ビスケット	5 麦茶、ビスケット
昼食		御飯、みそ汁（じゃが芋・たまねぎ）、鶏ひき肉のそぼろ煮、キャベツとトマトの中華あえ	じゃこまぜ御飯、とうがんのスープ（豆腐・わかめ）、ピーマンの細切り炒め、フルーツカクテル	御飯、豚汁、さわらの塩焼き、かぼちゃサラダ（おから・コーン）	ハリハリわかめ御飯、マーボー豆腐、もやしとほうれん草のごま和え	ドライカレーライス、みかん・パイン缶
午後		牛乳、おにぎり（さけ・ごま）	牛乳、チーズパン	牛乳、チャーハン（ひじき）	牛乳、おやつ小魚（ごま）、バナナ	牛乳、おせんべい
午前	7 ソイジュース、ビスケット	8 ソイジュース、ビスケット	9 麦茶、ビスケット	10 ソイジュース、ビスケット	11 麦茶、ビスケット	12 麦茶、ビスケット
昼食	肉みそうどん、豆腐のえび風味焼き、おくらの梅和え	トマトごはん、すまし汁（だいこん・えのき）、たらのカレーあんかけ、バナナ	御飯、みそ汁（もやし・青菜）、コーンのしゅうまい風、みかんサラダ	御飯、みそ汁（かぼちゃ・ねぎ）、さけの包み焼き、切干大根のサラダ	御飯、豆乳汁、豚肉の香味焼き、ベイクドじゃが（あおのり）、キウイフルーツ	野菜そぼろ丼、チーズ
午後	牛乳、フレンチトースト(食パン)	牛乳、ごまちんすこう	牛乳、きな粉パン	牛乳、おにぎり（昆布）	牛乳、誕生日おやつ	牛乳、ボーロ
午前	14 ソイジュース、ビスケット	15 ソイジュース、ビスケット	16 麦茶、ビスケット	17 麦茶、ビスケット	18 ソイジュース、ビスケット	19 麦茶、ビスケット
昼食	菜飯（小松菜・コーン）、みそ汁（さつま芋・なす）、鶏ささみの中華和え	ゆかり御飯、けんちん汁、たらのごま焼き、かぼちゃ（蒸し）、キウイフルーツ	御飯、わかめスープ（もやし）、厚揚げときのこの炒め物、オレンジ	御飯、みそ汁（青菜・あげ）、揚げ魚とじゃが芋の煮物、きゅうりの酢の物（みかん）	さけとひじきの混ぜごはん、豆腐旨煮椀（キャベツ）、さつま芋のレモン煮、りんご	てりやき野菜丼、みかん缶
午後	牛乳、ごまおはぎ、かぼちゃのきな粉かけ	牛乳、チヂミ	牛乳、コーンクリームパン	牛乳、凍り豆腐のきな粉トースト	牛乳、焼きビーフン（豚肉・干しえび）	牛乳、おせんべい
午前	21	22	23 麦茶、ビスケット	24 ソイジュース、ビスケット	25 ソイジュース、ビスケット	26 麦茶、ビスケット
昼食			御飯、豆腐すまし汁（こまつな）、ミートローフ（コーン）、野菜のトマト煮	御飯、みそ汁（キャベツ・えのき）、さけのサラダ焼き、きんぴらごぼう（いんげん・ごま）、キウイフルーツ	さつま芋御飯、みそ汁（鶏肉・だいこん）、炒り豆腐（ツナひじき）、きゅうりのゆかりあえ、バナナ	ビーフン五目、チーズ
午後			牛乳、おやつ小魚（ごま）、蒸し芋	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳、にんじんケーキ	牛乳、ボーロ
午前	28 麦茶、ビスケット	29 ソイジュース、ビスケット	30 麦茶、ビスケット			
昼食	ハリハリわかめ御飯、チキンカレー、はるさめサラダ(豆腐・ごま油)、りんご	御飯、みそ汁（白菜・かぼちゃ）、たらの磯辺焼き、卵の花（人参・鶏ひき肉）、蒸しブロッコリー、バナナ	御飯、みそ汁（さつまいも・ねぎ）、鶏肉の照り焼き、キャベツのおかか和え、蒸しかぼちゃ			
午後	牛乳、じゃが芋ボール	牛乳、焼きもろこしおにぎり	牛乳、チーズパン			