様式F106

はいしゃさんの保育園(一般)

2023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 牛乳、ビスケット	2 牛乳、ビスケット
昼食					御飯、白身魚の包み焼き、卯の花（人参・鶏ひき肉）、みそ汁（さといも・もやし）	みそ炒め丼、ぶどう
午後					牛乳、野菜もち（こまつな・きな粉）	牛乳、焼きもろこしおにぎり
午前	4 牛乳、ビスケット	5 ソイジュース、ビスケット	6 牛乳、ビスケット	7 ソイジュース、ビスケット	8 牛乳、ビスケット	9 牛乳、ビスケット
昼食	三色そぼろ丼（凍り豆腐）、にんじんとみかんのサラダ、みそ汁（だいこん・わかめ）	御飯、さわらのポテトクリーム焼き、焼きかぼちゃ天、みそ汁（キャベツ・あげ）	御飯、マーボー豆腐（たまねぎ）、きゅうりの酢の物（しらす）、なし	御飯、たらの磯辺焼き、もやしのツナ酢あえ（ひじき）、みそ汁（切干大根・かぼちゃ）	御飯、鶏むね肉のふっくら焼き、きんぴらごぼうあん（ごま）、豆乳スープ（さつまいも）	カレー風味のトマトライス、オレンジ
午後	牛乳、チャーハン（豚肉）	牛乳、米粉蒸しパン・さつまいも	牛乳、おにぎり（しらす・ねぎ）	牛乳、きな粉クリームサンド	牛乳、クッキー	牛乳、おにぎり（塩こんぶ）
午前	11 牛乳、ビスケット	12 ソイジュース、ビスケット	13 牛乳、ビスケット	14 ソイジュース、ビスケット	15 牛乳、ビスケット	16 牛乳、ビスケット
昼食	サラダ寿司（ごま・にんじん）、鶏つくね、すまし汁（キャベツ・えのき）	御飯、さけの塩焼き、じゃが芋炒め、みそ汁（なす・あげ）	御飯、松風焼き・豆腐いり（ごま）、ひじきの煮物（にんじん）、すまし汁（ほうれん草・かぼちゃ）	御飯、たらの煮つけ、なすの梅和え（おくら・キャベツ）、みそ汁（こまつな・さつまいも）	御飯、厚揚げのケチャップ煮、きゅうりのゆかりあえ、スープ（じゃがいも・えのき）	豚丼、りんご
午後	牛乳、おはぎ（きな粉）	牛乳、焼きドーナツ	牛乳、凍り豆腐のきな粉トースト	牛乳、コッペパン	牛乳、豆腐ガトーショコラ	牛乳、おにぎり（さけ・ごま）
午前	18	19 ソイジュース、ビスケット	20 牛乳、ビスケット	21 ソイジュース、ビスケット	22 牛乳、ビスケット	23
昼食		御飯、豆腐のごまみそ焼き、かぼちゃのマリネ、すまし汁（キャベツ・えのき）	ハリハリわかめ御飯、納豆ボール、にんじんとみかんのサラダ、豚汁	御飯、さわらのもやしあんかけ、磯辺さつまいも（焼き）、みそ汁（ほうれん草・あげ）	トマトごはん、ポテトハンバーグ、キャベツの磯あえ（ごま）、スープ（じゃがいも）	
午後		牛乳、米粉のもっちりバナナパン（豆乳）	牛乳、手作り干し芋	牛乳、トースト（コーンマヨ）	牛乳、豆乳もち	
午前	25 牛乳、ビスケット	26 ソイジュース、ビスケット	27 牛乳、ビスケット	28 ソイジュース、ビスケット	29 牛乳、ビスケット	30 牛乳、ビスケット
昼食	わかめ御飯、カレーシチュー（米粉）、切干大根のシャキシャキサラダ、りんご	御飯、たらのケチャップあんかけ、きゅうりの昆布あえ、すまし汁（だいこん・あげ）、オレンジ	御飯、豚肉の香味焼き、ほうれんそうのごま和え、みそ汁（豆腐・えのき）	御飯、さわらと人参の煮物、さっぱりポテトサラダ、みそ汁（なす・かぼちゃ）	さけとひじきの混ぜごはん、豆乳コーン鍋（キャベツ）、もやしのごま酢あえ	豚肉の甘みそ丼、バナナ
午後	牛乳、ポンデケージョ	牛乳、かぼちゃの豆腐パン	牛乳、おやつ小魚（ごま）、いももち	牛乳、コッペパン	牛乳、米粉蒸しパン・パイン	牛乳、菜飯おにぎり（しらす）