

虹の丘保育園(一般)

2022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、ウエハース	2 牛乳、白い風船	3 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食				ごはん、みそ汁(豆腐・油揚げ)、かれのい煮つけと焼き野菜、もやしのごま酢あえ、キウイフルーツ	ごはん、みそ汁(チンゲン菜・わかめ)、豆腐の五目焼き、いんげんの煮浸し、バナナ	ごはん、豚肉のみそ炒め、りんご
午後				スキム牛乳、おにぎり(昆布)	スキム牛乳、ゆで卵	スキム牛乳、米粉の甘酒蒸しパン
午前	5 牛乳、塩せんべい	6 調整豆乳、カステラ	7 牛乳、塩せんべい	8 牛乳、ウエハース	9 牛乳、白い風船	10 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食	ごはん、ドライカレーライス・具、とうがんのスープ(豆腐・わかめ)、粉ふき芋(青のり)、みかん缶	ごはん、みそ汁(切干しいんげん・さといも)、さわらと人参の煮物、おくらとキャベツの和え物、なし	ごはん、みそ汁(もやし・わかめ)、揚げ豆腐の和風あんかけ、きゅうりと長芋のさっぱり漬け	ごはん、みそ汁(かぼちゃ・わかめ)、ピーマンの細切り炒め、きゅうりのゆかりあえ、りんご	ごはん、菜飯(小松菜)・具、大豆汁(なす)、たらこの磯辺焼き、ひじきとさつま芋の煮物(人参)、バナナ	ビーフン五目(えび)、オレンジ
午後	スキム牛乳、大豆粉のコーンパン	スキム牛乳、おやつ・チャーハン(ツナ・ひじき)	スキム牛乳、にんじんおやき	スキム牛乳、ふるふるデザート(キャベツ)	スキム牛乳、卵サンド	スキム牛乳、おにぎり(さけ・ごま)
午前	12 牛乳、塩せんべい	13 調整豆乳、カステラ	14 牛乳、塩せんべい	15 牛乳、ウエハース	16 牛乳、白い風船	17 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食	ごはん、焼きもちご飯・具、いわしのつみれ鍋(みそ)、はるさめサラダ(豆腐・ごま油)、バナナ	ごはん、豆腐みそ汁(もやし・えのき)、肉じゃが(豚肉)、小松菜のしらすサラダ(キャベツ)	ごはん、豚汁、納豆のおとし揚げ、きゅうりの酢の物(みかん)	ごはん、すまし汁(チンゲン菜・油揚げ)、さわらの蒸しみそ焼き、かぼちゃのマリネ	ごはん、豆乳汁(さつまいも・野菜)、豚肉と昆布の炒め煮(にんじん)、いんげんのツナごま和え、りんご	ごはん、てりやき野菜炒め、キウイフルーツ
午後	スキム牛乳、にんじんボンデケーキ	スキム牛乳、ゆで卵のミートソースかけ	スキム牛乳、おやつ・油揚げと野菜の混ぜご飯	スキム牛乳、米粉ドーナツ・おからバナナ	スキム牛乳、トマトゼリー、せんべい	スキム牛乳、おにぎり(じゃこおかか)
午前	19 敬老の日	20 調整豆乳、カステラ	21 牛乳、塩せんべい	22 牛乳、ウエハース	23 秋分の日	24 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食		ごはん、わかめスープ(キャベツ)、マーボーなす、ゆでいんげん、フルーツカクテル(キウイ・もも)	ごはん、じゃがいものスープ、厚揚げのケチャップ煮、キャベツのパインサラダ(わかめ)	ごはん、みそ汁(豆腐・なす)、かじぎのカレーあんかけ、ペイクドリ芋(青のり)、オレンジ		ごはん、野菜そぼろ丼(納豆)・具、りんご
午後		スキム牛乳、お好み焼き風卵焼き	スキム牛乳、おたのしみカップケーキ	スキム牛乳、豆乳ゼリー(小倉)		スキム牛乳、ソフトパン(大豆・きな粉)
午前	26 牛乳、塩せんべい	27 調整豆乳、カステラ	28 牛乳、塩せんべい	29 牛乳、ウエハース	30 牛乳、白い風船	
昼食	ごはん、キッズピビンバ(ごま)・具、コーンスープ(とうがん)、甘煮豆(いんげん豆)	ごはん、豆腐みそ汁(玉ねぎ・あげ)、白身魚の香り蒸し(人参)、かぼちゃ(蒸し)、バナナ	ごはん、みそ汁(鶏肉・なす)、炒り豆腐(ちくわひじき)、磯辺さつまいも(焼き)、りんご	ごはん、押し麦のスープ(キャベツ)、ミートローフ(コーン)、さっぱりポテトサラダ	ごはん、みそ汁(ごまつな・わかめ)、さばと大豆の煮物、きゅうりとささみの中華サラダ(ごま)、みかん缶	
午後	スキム牛乳、スイートポテト(米粉・ごま)	スキム牛乳、まぐろの卵チャーハン	スキム牛乳、かぼちゃかん(あずき)	スキム牛乳、おやつ小魚(ごま)、ポップコーン(カレー塩)	スキム牛乳、ゆで卵	