



# 予定献立表

高見保育所

平成29年9月1日

月	火	水	木	金	土
				<p>1 (バナナ・お茶) 親子丼 米、鶏肉、卵、玉ねぎ、人参、ねぎ、しいたけ、うすくち醤油、砂糖、塩、みりん、削り節、油</p> <p>ハンサンスー 春雨、もやし、きゅうり、ハム、酢、塩、砂糖</p> <p>すいか 牛乳・お茶</p> <p>いちごロール 牛乳・お茶</p>	<p>2 なかよし運動会</p>
<p>4 (ぶかしいも・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>マカロニグラタン マカロニ、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、人参、ホワイトソース、塩、チーズ、パン粉、パセリ、油</p> <p>人参ゴマサラダ 人参、きゅうり、ツナ缶、すりごま、酢、オリーブ油、醤油、みりん、塩</p> <p>星の子スープ オクラ、えのき、玉ねぎ、パイオン、塩</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>スキムカップケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、バター、砂糖、卵、スキムミルク 牛乳・お茶</p>	<p>5 (野菜スティック・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆魚のフライオーロラソースかけ すずき、小麦粉、卵、パン粉、油、ケチャップ、マヨネーズ</p> <p>☆もやしとピーマンのカレー醤油和え もやし、ピーマン、人参、醤油、カレー粉</p> <p>きのこの味噌汁 えのき、しいたけ、しめじ、人参、ねぎ、油揚げ、煮干し、味噌</p> <p>バナナ お茶</p> <p>ココアクッキー 小麦粉、マーガリン、油、砂糖、ビュアココア</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>6 (クラッカー・お茶) カレーうどん (かじそうま) うどん、豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、干しいたけ、カレー粉、醤油、油</p> <p>☆あらめの煮物 あらめ、人参、ピーマン、油揚げ、砂糖、みりん、醤油</p> <p>大豆とツナの酢の物 大豆、ツナ缶、ほうれん草、人参、ごま、酢、醤油、砂糖、オリーブ油</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>わかめごはん 米、炊き込みわかめ</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>7 (バナナ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>ひじき入り肉団子 ひじき、豚ミンチ、玉ねぎ、パン粉、卵、塩、油、みりん、砂糖、醤油</p> <p>キャベツの胡麻和え キャベツ、人参、すりごま、醤油</p> <p>ごぼうの味噌汁 ごぼう、人参、玉ねぎ、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>ぶどう お茶</p> <p>☆とうもろこし とうもろこし</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>8 (さくさくポーロカぼちゃ・お茶) ピピンパ風ごはん 米、卵、ツナ缶、人参、ほうれん草、もやし、ごま、ごま油、醤油、砂糖、塩</p> <p>かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、砂糖、うすくち醤油、煮干し</p> <p>ワントンスープ キャベツ、人参、もやし、ピーマン、ワントンの皮、干しいたけ、中華味、ごま油、塩</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>キャラメルコーン おつゆ、マーガリン、砂糖</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>9 (ベジタブルせんべい・お茶) 中華丼 米、豚肉、人参、玉ねぎ、しいたけ、チンゲン菜、中華味、うすくち醤油、醤油、ごま油、片栗粉</p> <p>豆腐の味噌汁 豆腐、人参、玉ねぎ、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>オレンジ</p> <p>お茶</p> <p>青りんごゼリー・星たべよ</p> <p>お茶</p>
<p>11 (やさしいスナック・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆鶏肉のマーマレード焼き 鶏肉、マーマレード、醤油</p> <p>☆ごぼうサラダ ごぼう、人参、きゅうり、ハム、ごま、マヨネーズ、うすくち醤油、砂糖</p> <p>さつまいもの味噌汁 さつまいも、人参、玉ねぎ、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>☆ラスク フランスパン、粉砂糖</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>12 (おかかせんべい・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆魚の照り焼き 鯖、みりん、醤油</p> <p>☆小松菜のおかか和え 小松菜、キャベツ、醤油、削り節</p> <p>きのこスープ しめじ、えのき、人参、もやし、塩、削り節、うすくち醤油</p> <p>りんご 牛乳・お茶</p> <p>バナナケーキ バナナ、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ビュアココア、油</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>13 (五穀ほんせん・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>マーボー豆腐 豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、ねぎ、にんにく、生姜、赤味噌、ごま油、砂糖、酒、醤油、片栗粉、油</p> <p>じゃがいもの煮物 じゃがいも、削り節、砂糖、醤油</p> <p>もずくの酢の物 もずく、きゅうり、酢、うすくち醤油、砂糖</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>怪獣ドーナツ 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、卵、牛乳、油</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>14 (あかちゃんせんべい・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>ハンバーグきのこソースかけ 牛ミンチ、豚ミンチ、卵、パン粉、玉ねぎ、しいたけ、しめじ、ピーマン、人参、みりん、塩、うすくち醤油、砂糖、片栗粉、油</p> <p>春雨とわかめの酢の物 春雨、きゅうり、わかめ、ごま油、酢、砂糖、うすくち醤油、ごま</p> <p>キャベツの味噌汁 キャベツ、人参、玉ねぎ、ねぎ、味噌、煮干し</p> <p>バナナ お茶</p> <p>ホットビスケット 小麦粉、りんご、ベーキングパウダー、スキムミルク、バター、砂糖</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>15 (バナナ・お茶) 豚肉と野菜の炒め丼 米、豚ミンチ、キャベツ、玉ねぎ、パプリカ、生姜、みりん、醤油、油</p> <p>☆ごぼうの煮物 ごぼう、煮干し、砂糖、醤油</p> <p>ひじきサラダ ひじき、トマト、きゅうり、酢、塩、砂糖</p> <p>梨</p> <p>牛乳・お茶</p> <p>☆もちもちチーズパン おから、白玉粉、粉チーズ、塩、油、牛乳</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>16 (にんじんせんべい・お茶) わかめごはん 米、炊き込みわかめ</p> <p>春雨と野菜の炒め物 春雨、豚肉、玉ねぎ、チンゲン菜、人参、中華味、醤油、酒、砂糖、ごま油</p> <p>ニラの中中華スープ にら、キャベツ、人参、しめじ、塩、中華味、ごま油</p> <p>オレンジ</p> <p>お茶</p> <p>バナナ・野菜スティック</p> <p>お茶</p>
<p>18 敬老の日</p>	<p>19 (ぶかしいも・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆鶏レバーと大豆のトマト煮 鶏レバー、大豆、玉ねぎ、ピーマン、人参、生姜、ケチャップ、醤油、砂糖、片栗粉、油、牛乳</p> <p>☆パプリカともやしの胡麻酢和え パプリカ、もやし、きゅうり、ごま、醤油、酢、砂糖</p> <p>玉ねぎときのこ汁 玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、削り節、うすくち醤油、塩</p> <p>りんご お茶</p> <p>アイスクリーム クラッカー</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>20 (ミレービスケット・お茶) ジャージャー麺 ラーメン、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ねぎ、干しいたけ、赤味噌、中華味、片栗粉、ごま油</p> <p>元気サラダ キャベツ、人参、きゅうり、ハム、砂糖、酢、うすくち醤油、削り節、すりごま、油</p> <p>わかめ汁 わかめ、玉ねぎ、人参、もやし、削り節、うすくち醤油、塩</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>鮭ごはん 米、鮭フレーク</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>21 (バナナ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>ポークビーンズ 大豆、豚肉、玉ねぎ、人参、セロリ、パイオン、ケチャップ、醤油、砂糖、油</p> <p>☆きゅうりの中華漬け きゅうり、醤油、ごま、ごま油</p> <p>コンソメスープ 玉ねぎ、人参、しめじ、パイオン、塩、パセリ</p> <p>ぶどう 牛乳・お茶</p> <p>小豆蒸しパン 蒸しパンミックス、ゆで小豆</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>22 (かぼちゃせんべい・お茶) カレーライス 米、牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、カレー粉、にんにく、油</p> <p>小魚サラダ ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参、マヨネーズ</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>牛乳・お茶</p> <p>オレンジ寒天・星たべよ オレンジジュース、粉寒天、砂糖</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>23 秋分の日</p>
<p>25 (ほたほた焼き・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>マーボー茄子 豚ミンチ、なす、ねぎ、玉ねぎ、人参、ピーマン、にんにく、生姜、砂糖、酒、醤油、赤味噌、油、ごま油、片栗粉</p> <p>さつまいもの甘煮 さつまいも、砂糖、塩</p> <p>きゅうりと人参の胡麻風味 きゅうり、人参、塩、醤油、すりごま、ごま油</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>マカロニあべかわ マカロニ、きなこ、砂糖、塩</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>26 (ほうれん草せんべい・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>魚のみぞれ酢かけ 鯖、きゅうり、小麦粉、酢、砂糖、塩、油</p> <p>☆きんぴらごぼう ごぼう、人参、ピーマン、しらたき、ごま、砂糖、醤油、削り節、油</p> <p>トマトとえのきのかきたま汁 玉ねぎ、えのき、トマト、卵、片栗粉、パイオン、うすくち醤油、パセリ</p> <p>梨 お茶</p> <p>抹茶クッキー 小麦粉、マーガリン、油、砂糖、抹茶</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>27 (さくさくポーロカぼちゃ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆手作りソーセージ 鶏ミンチ、豚ミンチ、鶏ささみ、生姜、にんにく、塩、ケチャップ</p> <p>かぼちゃサラダ キャベツ、かぼちゃ、きゅうり、マヨネーズ</p> <p>冬瓜の春雨スープ 春雨、冬瓜、人参、ピーマン、しいたけ、中華味、塩</p> <p>りんご 牛乳・お茶</p> <p>☆くいしん棒 小麦粉、人参、パセリ、すりごま、塩、マーガリン</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>28 (バナナ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>豆腐入りつくねの胡麻焼き 豚ミンチ、豆腐、長ねぎ、卵、パン粉、赤味噌、みりん、ごま、黒ごま、油</p> <p>☆小松菜と油揚げの和え物 小松菜、人参、えのき、油揚げ、砂糖、醤油</p> <p>ひじきの味噌汁 人参、玉ねぎ、ひじき、もやし、味噌、煮干し</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>☆ぜんざい 白玉粉、ゆで小豆、砂糖、塩、片栗粉</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>29 (やさしいスナック・お茶) 五目丼 米、卵、鶏肉、人参、しいたけ、ねぎ、ごぼう、削り節、うすくち醤油、砂糖、塩、油</p> <p>☆うずら豆の甘煮 うずら豆、砂糖、塩</p> <p>海藻サラダ わかめ、きゅうり、キャベツ、かまぼこ、レタス、マヨネーズ</p> <p>りんご</p> <p>お茶</p> <p>ガトーショコラ 小麦粉、豆腐、ベーキングパウダー、ミルクココア、油、粉糖</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>30 (あかちゃんせんべい・お茶) 焼きそば 焼きそば麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし、しいたけ、ピーマン、焼きそばソース、油</p> <p>豆腐としめじのすまし汁 豆腐、しめじ、えのき、ねぎ、煮干し、うすくち醤油、塩</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>お茶</p> <p>みかんゼリー・畑のクラッカー</p> <p>お茶</p>

保育所行事、材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。お茶に使用する水は、有害物質を除去した安全な水です。

上の ( ) は3歳未満児の午前中のおやつです。延長保育の補食は、月曜日・・・わかめごはん、火曜日・・・しおつべごはん、水曜日・・・ごまおごはん、木曜日・・・ゆかりごはん、金曜日・・・おかかごはん を提供します。

☆印はよく噛んで食べることを意識したカミカミメニューです。よく噛んで食べる食材を使用したもの、固さや弾力のあるもの、水分量の少ないものが対象となっています。