

令和2年度9月

こんだて

江陽こども園

日	曜	献立	離乳食献立	使用する主な食品名	おやつ	
					10時(未満児)	3時(全児童)
1	火	豆腐の胡麻あんかけ・ゆで卵 人参とツナのサラダ・味噌汁・果物	白がゆ・豆腐の胡麻あんかけ 野菜の煮物・味噌汁	豆腐・ひき肉・すりごま・干し椎茸 ツナ缶・人参・油揚げ・わかめ・大根	お菓子	お菓子
2	水	牛肉と南瓜の醬油炒め・味噌汁 切干大根の煮物・果物	白がゆ・南瓜煮・温野菜サラダ 味噌汁・果物	牛肉・南瓜・切干大根・さつま揚げ 人参・糸コン・小松菜・豆腐・わかめ	お菓子	手作りおやつ
3	木	焼きそば・マッシュポテト スープ・バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	豚肉・もやし・人参・キャベツ・卵 ピーマン・じゃが芋・はんぺん・葱	お菓子	お菓子 ヨーグルト
4	金	魚のラビゴットソース・味噌汁 海草サラダ・果物	白がゆ・野菜と白身魚の煮込み 味噌汁	魚・トマト・胡瓜・わかめ・人参 小松菜・豆腐・もやし	お菓子	手作りおやつ
5	土	食パン・ワンタンスープ コロッケ・果物	パンがゆ・ワンタンスープ 果物・マッシュかぼちゃ	ひき肉・キャベツ・人参・干し椎茸 なると・(冷) コロッケ	お菓子	お菓子
6	日					
7	月	親子うどん・粉ふき芋・バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	うどん・玉葱・人参・薩摩揚げ・卵 ハム・じゃが芋	お菓子	手作りおやつ
8	火	鯖のボール揚げ・味噌汁 中華風サラダ	白がゆ・野菜との煮込み 味噌汁	鯖缶・玉葱・人参・ひじき・レタス 胡瓜・豆腐・もやし	お菓子	お菓子
9	水	豚汁・十六穀ご飯・ゆで卵 おひたし・果物	白がゆ・野菜の五目味噌煮込み 果物	豚肉・牛蒡・人参・葱・豆腐・糸コン 板麩・ほうれん草・ツナ缶・卵	お菓子	手作りおやつ
10	木	鱈とじゃが芋の煮物 わかめの酢の物・味噌汁・果物	白がゆ・鱈とじゃが芋の煮物 味噌汁・果物	鱈・じゃが芋・玉葱・胡瓜・もやし わかめ・豆腐	お菓子	お菓子
11	金	から揚げ・千切りキャベツ トマト・味噌汁・果物	白がゆ・鶏と野菜の煮物 すまし汁	鶏肉・キャベツ・トマト・ナメコ 豆腐・葱	お菓子	手作りおやつ
12	土	食パン・ミートボールスープ スパゲティサラダ・果物	パンがゆ・ミートボールスープ マッシュポテト・果物	ミートボール・人参・玉葱・春雨 チンゲン菜・パスタ・胡瓜・ハム	お菓子	お菓子
13	日					
14	月	カレーライス・福神漬け・サラダ	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・ツナ缶 マカロニ・胡瓜・ハム・レタス	お菓子	手作りおやつ
15	火	魚のフリッター・千切りキャベツ 味噌汁・トマト	白がゆ・鮭の蒸し煮野菜がけ 味噌汁	魚・小麦粉・キャベツ・わかめ・人参 豆腐・もやし・トマト	お菓子	お菓子
16	水	ツナとコーンのパスタ・スープ ミモザサラダ・バナナ	煮込みパスタ・バナナ 貝だくさん野菜スープ	ツナ缶・コーン缶・パスタ玉葱・人参 卵・ブロッコリー・カニカマ	お菓子	手作りおやつ
17	木	酢豚・カニ風味サラダ 味噌汁・果物	人参がゆ・野菜の中華風煮込み 味噌汁	鶏肉・椎茸・人参・玉葱・パイン缶 わかめ・胡瓜・レタス・カニカマ	お菓子	お菓子
18	金	チキンライス・ポテトサラダ ワカメスープ・果物	白がゆ・マッシュポテト・果物 煮込み野菜スープ	鶏肉・ミックスベジタブル・じゃが芋 胡瓜・ハム・ワカメ・玉葱	お菓子	ケーキ ヨーグルト
19	土	食パン・海老団子のスープ かぼちゃのコロッケ・果物	パンがゆ・えび団子スープ 野菜のマッシュ・果物	海老団子・春雨・ワカメ・卵 かぼちゃコロッケ(冷)	お菓子	お菓子
20	日					
21	月	敬老の日				
22	火	秋分の日				
23	水	ちゃんぽんめん・ゆで卵 こふき芋・バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	中華麺・卵・もやし・人参・玉葱 板かま・じゃが芋	お菓子	手作りおやつ
24	木	チーズ納豆・鯖の竜田揚げ 味噌汁	納豆がゆ・野菜の五目あんかけ 味噌汁	納豆・チーズ・ほうれん草・卵・鯖 豆腐・小松菜・人参	お菓子	お菓子
25	金	せんべい汁・小松菜の和え物 豆腐のカレー煮・ゆで卵・果物	白がゆ・せんべい汁 温野菜・果物	鶏肉・人参・牛蒡・椎茸・糸こん せんべい・厚揚げ・玉ねぎ・ひき肉	お菓子	手作りおやつ
26	土	食パン・ビーフシチュー グリーンサラダ・果物	パンがゆ・果物 貝だくさん野菜スープ	牛肉・じゃが芋・人参・玉葱 ブロッコリー・胡瓜・レタス	お菓子	お菓子
27	日					
28	月	チキンカレー・サラダ・福神漬け	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋 マカロニ・ハム・胡瓜	お菓子	手作りおやつ
29	火	鱈フライ・人参ソース・味噌汁 千切りキャベツ・トマト	人参がゆ・味噌汁 鱈と野菜のあんかけ煮	鱈・小麦粉・パン粉・卵・キャベツ 人参・わかめ・豆腐・もやし	お菓子	お菓子
30	水	牛すき煮・酢の物 味噌汁・果物	白がゆ・味噌汁 五目野菜のすき煮・果物	牛肉・焼き豆腐・糸こん・人参 カニカマ・胡瓜・わかめ・豆腐・大根	お菓子	手作りおやつ