



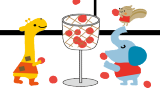
# 2020年 9月 給食献立表



一般社団法人りとせ保育園

日 曜	昼 食	午前おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	午後おやつ
1 火	麦ご飯 豚肉となすの味噌炒め ごぼうサラダ 玉ねぎと卵のスープ	りんごのゼリー	・豚肉・たまご・牛乳	・精白米・押麦・油 ・マヨネーズ・ごま ・さつまいも・無塩バター	・なす・長ねぎ・青ピーマン・ごぼう ・人参・胡瓜・玉ねぎ・いんげん	牛乳 スイートポテト
2 水	ご飯 鮭のレモン焼き 小松菜のおひたし 豚肉と白菜の味噌汁	ビスケット	・鮭・油揚げ ・豚肉・牛乳・脱脂粉乳 ・たまご	・精白米・油 ・ホットケーキ粉 ・バター・じゃが芋	・レモン・小松菜・人参 ・白菜・ぶなしめじ・玉ねぎ	牛乳 野菜の パウンドケーキ
3 木	ご飯 かに玉 かぼちゃと胡瓜のサラダ わかめのスープ	小魚せんべい	・たまご・かにかま ・ヨーグルト・牛乳 ・脱脂粉乳・きな粉	・精白米・油 ・片栗粉・マヨネーズ ・小麦粉・バター	・竹の子・長ねぎ・乾しいたけ ・南瓜・胡瓜・レーズン ・わかめ・もやし・まいたけ	牛乳 きな粉蒸しパン
4 金	カレーライス ささみサラダ フルーツカクテル	ビスケット	・豚肉・脱脂粉乳 ・ヨーグルト・鶏ささみ ・牛乳・たまご・干しエビ ・かつお節	・精白米・油・じゃがいも ・お好み焼き粉	・玉ねぎ・人参・キャベツ・胡瓜 ・バナナ・みかん缶・パイ缶 ・ねぎ・青のり	牛乳 干しエビ入り お好み焼き
5 土	三色丼 キャベツと豚肉のソテー じゃが芋とニラの味噌汁	ウエハース	・豚肉・油揚げ ・牛乳・生クリーム	・精白米・油・じゃが芋 ・食パン	・コーン・ほうれん草・キャベツ・ニラ ・みかん缶	牛乳 フルーツサンド
7 月	ご飯 ポテトキッシュ ひじきサラダ 大根のスープ	野菜おせんべい	・ウインナーソーセージ ・たまご・牛乳 ・鶏肉	・精白米・じゃがいも ・バター・マヨネーズ ・ごま・食パン・油	・ミニトマト・ほうれん草・玉ねぎ ・ごぼう・ひじき・れんこん・いんげん ・大根・しめじ	牛乳 食パンかりんとう
8 火	ご飯 麻婆豆腐 切り干し大根のナムル 中華風コンスープ	デザートムース	・豆腐・豚挽肉 ・牛乳・たまご	・精白米・片栗粉・バター ・ホットケーキ粉	・玉ねぎ・ねぎ・ニラ・切干大根 ・人参・胡瓜・コーン ・青梗菜・南瓜	牛乳 南瓜マフィン
9 水	ロールパン 鶏のマーレード焼 マカロニサラダ ほうれん草とえのきのスープ	ビスケット	・鶏肉・牛乳・ツナ缶	・ロールパン ・マカロニ・マヨネーズ ・精白米	・キャベツ・胡瓜・人参・コーン ・ほうれん草・えのき・玉ねぎ・小松菜	牛乳 和風ツナおにぎり
10 木	ご飯 さわらのカレー照り焼き かぼちゃのいとこ煮 なすとしめじの味噌汁	小魚せんべい	・さわら・ゆで小豆 ・生揚げ・牛乳 ・脱脂粉乳	・精白米・ホットケーキ粉 ・バター	・南瓜・なす・しめじ・バナナ	牛乳 バナナスコーン
11 金	冷やし中華 しゅうまい 牛乳かん	ビスケット	・ロースハム・鶏ひき肉 ・木綿豆腐・おから ・牛乳・豆乳	・中華めん・油 ・しゅうまいの皮・片栗粉 ・じゃが芋・バター	・もやし・胡瓜・トマト・コーン ・玉ねぎ・ねぎ・みかん缶	豆乳 じゃが芋もち
12 土	豚肉丼 大根サラダ なめごと白菜の味噌汁	ウエハース	・豚肉・かつお節 ・牛乳	・精白米・油・しらたき ・片栗粉	・玉ねぎ・大根・人参・胡瓜・コーン ・なめこ・白菜・小松菜	牛乳 バームクーヘン (市販)
14 月	ご飯 ビーフン炒め 棒棒鶏サラダ 玉ねぎと卵のスープ	野菜おせんべい	・豚肉・鶏肉・たまご ・牛乳・脱脂粉乳	・精白米・ビーフン・油 ・ごま・片栗粉・さつまい ・バター・餃子の皮	・青梗菜・人参・胡瓜・もやし ・パプリカ・玉ねぎ・いんげん	牛乳 さつまいの 餃子パイ
15 火	枝豆ごはん ごぼうと鶏のてり煮 キャベツの梅おなか和え 大根のおすまし	オレンジゼリー	・鶏肉・かつお節 ・牛乳・チーズ	・精白米・油 ・食パン・ソフトマーガリン	・枝豆・ごぼう・人参・いんげん・キャベツ ・梅干し・大根・しめじ・小松菜 ・玉ねぎ・ピーマン・トマトビュレ	牛乳 ピザトースト
16 水	ご飯 肉豆腐 かにかまとブロッコリーのサラダ 小松菜とえのきの味噌汁	ビスケット	・豚肉・豆腐・かにかま ・牛乳・脱脂粉乳・たまご	・精白米・しらたき・マカロニ ・マヨネーズ・ホットケーキ粉 ・メープルシロップ	・玉ねぎ・青梗菜・ブロッコリー ・小松菜・えのき・人参	牛乳 メープル ホットケーキ
17 木	ご飯 白身魚のピカタ ほうれん草と人参のごま和え さつまいもとごぼうの味噌汁	小魚せんべい	・白身魚・たまご・チーズ ・牛乳	・精白米・薄力粉・油 ・いりごま・さつまい ・バター	・パセリ・ほうれん草・人参・えのき ・ごぼう・ねぎ・レーズン	牛乳 レーズンクッキー
18 金	かやくごはん 串揚げ もやしと胡瓜の塩ナムル 粕汁	ビスケット	・油揚げ・鶏肉・竹輪 ・チーズ・たまご ・牛乳・豚肉	・精白米・こんにやく・油 ・小麦粉・パン粉 ・お好み焼き粉	・人参・ごぼう・乾しいたけ・ブロッコリー ・南瓜・もやし・胡瓜・大根・ねぎ	牛乳 たこ焼き
19 土	ピラフ ポテトサラダ 鶏肉と大根のスープ	ウエハース	・豚肉・ツナ缶 ・鶏肉・牛乳	・精白米・油・バター ・マヨネーズ・じゃが芋 ・クリームパン	・玉ねぎ・人参・胡瓜・大根 ・青梗菜・ねぎ	牛乳 薄皮クリームパン (市販)
21 月	敬老の日					
22 火	秋分の日					
23 水	ご飯 ひじきとツナのたまご焼き さつまいもとリンごの甘煮 お麩とキャベツの味噌汁	ビスケット	・ツナ缶・脱脂粉乳 ・たまご・牛乳・きな粉	・精白米・油・さつまい ・お麩・もち米	・乾ひじき・玉ねぎ・人参・りんご ・レーズン・レモン果汁・キャベツ・小松菜	牛乳 きな粉おはぎ
24 木	ご飯 酢鶏 キャベツののりあえ かきたまスープ	小魚せんべい	・鶏肉・たまご・牛乳	・精白米・片栗粉・油 ・ホットケーキ粉	・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン ・キャベツ・えのき・のり・小松菜 ・りんご	牛乳 アップル蒸しパン
25 金	さつまいおにぎり 鶏のからあげ たこウインナー ブロッコリーのごま和え とうもろこし 枝豆 チーズ オレンジ	ビスケット	・鶏肉・ウインナー ・チーズ・牛乳・たまご	・精白米・さつまいも ・ごま・片栗粉・油 ・食パン・バター	・ブロッコリー・カリフラワー ・ミニトマト・とうもろこし ・枝豆・オレンジ	牛乳 フレンチトースト
26 土	チキンライス 南瓜のチーズ焼き キャベツと人参のスープ	ウエハース	・鶏肉・チーズ・牛乳	・精白米・バター・パン粉 ・あんぱん	・玉ねぎ・南瓜・キャベツ ・いんげん・人参	牛乳 薄皮あんぱん (市販)
28 月	ご飯 ふわふわ焼き豆腐 じゃがいものそぼろ煮 もやしと人参の味噌汁	野菜おせんべい	・豆腐・ツナ缶・たまご ・脱脂粉乳・鶏ひき肉 ・竹輪・牛乳	・精白米・お好み焼き粉 ・じゃがいも・油・米粉 ・バター	・エリンギ・人参・乾ひじき ・長ねぎ・青のり・グリーンピース ・もやし・小松菜	牛乳 米粉のクッキー
29 火	ホバイクラタン ツナとブロッコリーのサラダ バナナ 白菜のスープ	デザートムース	・鶏肉・豆乳・チーズ ・たまご・ツナ缶 ・豚肉・牛乳	・マカロニ・油・バター ・小麦粉・パン粉	・玉ねぎ・マッシュルーム・ほうれん草 ・ブロッコリー・コーン・バナナ ・白菜・青梗菜・みかん缶	牛乳 誕生白 カップケーキ
30 水	ぶどうパン チキンゲット風 キャベツとベーコンのソテー じゃが芋とほうれん草のスープ	ビスケット	・鶏ひき肉・おから ・脱脂粉乳・ベーコン ・牛乳・油揚げ	・ぶどうパン・片栗粉・小麦粉 ・油・精白米	・玉ねぎ・コーン・キャベツ・ピーマン ・南瓜・人参・ほうれん草・のり	牛乳 こぎつねおにぎり

★仕入れの状況により献立・食材変更する場合があります★





# 2020年 9月 給食献立表



一般社団法人りとせ保育園

日 曜	午前おやつ	中期食	午後おやつ	後期食	主な材料	午後おやつ	主な材料
1 火	りんごのゼリー	・7倍粥 ・なすの味噌煮 ・玉ねぎといんげんのスープ	・お茶 ・さつま芋煮	・5倍粥 ・豚肉となすの味噌炒め煮 ・玉ねぎといんげんのスープ	精白米 豚肉・なす・ねぎ・ピーマン 玉ねぎ・いんげん・人参	・お茶 ・さつま芋のミルク煮	さつま芋・牛乳
2 水	ビスケット	・7倍粥 ・鮭と小松菜の煮物 ・白菜の味噌汁	・お茶 ・じゃが芋もち	・5倍粥 ・鮭と小松菜の煮物 ・豚肉と白菜の味噌汁	精白米 鮭・人参・小松菜 豚肉・白菜・しめじ	・お茶 ・野菜のホットケーキ	小麦粉・脱脂粉乳 牛乳・じゃが芋 人参・玉ねぎ
3 木	小魚せんべい	・7倍粥 ・鶏挽肉と野菜の煮物 ・南瓜の含め煮	・お茶 ・きな粉粥	・5倍粥 ・肉団子野菜あんかけ ・南瓜のヨーグルト和え	精白米 鶏挽肉・パン粉・胡瓜・ねぎ・乾椎茸 南瓜・レーズン・ヨーグルト	・お茶 ・きな粉蒸しパン	小麦粉・脱脂粉乳 きな粉・牛乳
4 金	ビスケット	・トマト煮粥 ・キャベツとささみの煮浸し ・みかん缶	・お茶 ・バナナ	・トマト煮カレーライス風粥 ・キャベツとささみの煮浸し ・みかん缶	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・ビューレ キャベツ・人参・胡瓜・鶏ささみ	・お茶 ・バナナ	
5 土	ウエハース	・ほうれん草とコーンのお粥 ・キャベツの煮物 ・じゃが芋の味噌汁	・お茶 ・食パン粥	・三色丼粥 ・キャベツと豚肉の炒め煮 ・じゃが芋の味噌汁	豚挽肉・コーン・ほうれん草 キャベツ・豚肉 じゃが芋	・お茶 ・食パン粥	食パン・豆乳
7 月	野菜せんべい	・7倍粥 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・大根のスープ	・お茶 ・きな粉パン粥	・5倍粥 ・ほうれん草コロッケ風 ・ひじき煮 ・大根のスープ	精白米 トマト・ほうれん草・玉葱・じゃが芋 ひじき・いんげん・ごま 鶏肉・大根・しめじ	・お茶 ・きな粉食パン	食パン・きな粉
8 火	ソフトせんべい	・7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・コーンスープ	・お茶 ・南瓜の茶巾	・5倍粥 ・麻婆豆腐 ・コーンスープ	精白米 豆腐・鶏挽肉・玉葱・ねぎ・人参 青梗菜・コーン・玉葱	・お茶 ・南瓜のホットケーキ	小麦粉・牛乳 南瓜
9 水	ビスケット	・食パン粥 ・マカロニとキャベツのトマト煮 ・ほうれん草のスープ	・お茶 ・小松菜のお粥	・食パン ・マカロニサラダ ・ほうれん草とえのきのスープ	食パン マカロニ・キャベツ・胡瓜・人参 ほうれん草・えのき	・お茶 ・ツナと小松菜の粥	精白米・ツナ缶 小松菜
10 木	小魚せんべい	・7倍粥 ・白身魚と南瓜の含め煮 ・なすの味噌汁	・お茶 ・バナナ	・5倍粥 ・さわらの照り煮 ・なすとしめじの味噌汁	精白米 さわら・南瓜 なす・しめじ・豆腐	・お茶 ・バナナ	
11 金	ビスケット	・煮込みうどん ・鶏肉しゅうまい ・みかんゼリー	・お茶 ・じゃが芋もち	・煮込みうどん ・しゅうまい ・牛乳缶	茹うどん・胡瓜・トマト・コーン 鶏挽肉・豆腐・玉葱・おから 牛乳・みかん缶・寒天	・お茶 ・じゃが芋もち	じゃが芋・片栗粉
12 土	ウエハース	・コーンのお粥 ・大根と人参の煮物 ・白菜の味噌汁	・お茶 ・ソフトせんべい	・豚肉丼粥 ・大根サラダ風 ・なめこ白菜の味噌汁	精白米・豚肉・玉葱 大根・人参・胡瓜・コーン なめこ・白菜・小松菜	・お茶 ・ソフトせんべい (市販)	
14 月	野菜せんべい	・7倍粥 ・鶏肉と人参の味噌煮 ・玉葱のスープ	・お茶 ・さつま芋煮	・5倍粥 ・鶏肉のごま味噌煮 ・玉葱のスープ	精白米 鶏肉・人参・青梗菜・パプリカ・ごま 玉ねぎ・いんげん	・お茶 ・さつま芋煮	さつま芋
15 火	オレンジゼリー	・枝豆粥 ・鶏と大根の煮物 ・キャベツのおすまし	・お茶 ・食パン粥	・枝豆粥 ・鶏の照り煮 ・キャベツのおすまし	精白米・枝豆 鶏肉・大根・人参・いんげん キャベツ・しめじ・小松菜	・お茶 ・スティック食パン	食パン・きな粉
16 水	ビスケット	・7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・小松菜の味噌汁	・お茶 ・豆乳プリン	・5倍粥 ・肉豆腐 ・小松菜の味噌汁	精白米 豚肉・豆腐・玉葱・ブロッコリー 小松菜・えのき・人参	・お茶 ・ホットケーキ	小麦粉・脱脂粉乳 牛乳
17 木	小魚せんべい	・7倍粥 ・白身魚の煮物 ・さつま芋の味噌汁	・お茶 ・南瓜の茶巾	・5倍粥 ・白身魚のごま煮 ・さつま芋の味噌汁	精白米 たら・人参・ほうれん草 さつま芋・ねぎ	・お茶 ・南瓜の茶巾	南瓜・レーズン
18 金	ビスケット	・人参粥 ・鶏とブロッコリーの治部煮 ・大根と人参の味噌汁	・お茶 ・煮込みうどん	・人参粥 ・鶏とブロッコリーの治部煮 ・豚汁	精白米・人参 鶏肉・ブロッコリー・南瓜 豚肉・大根・人参・ねぎ	・お茶 ・たこ焼き風	小麦粉・キャベツ コーン
19 土	ウエハース	・カラフル粥 ・じゃが芋と人参の煮物 ・鶏肉と大根のスープ	・お茶 ・ソフトせんべい	・ピラフ風粥 ・ポテトサラダ ・鶏肉と大根のスープ	精白米・豚肉・玉葱・ミックスベジタブル じゃが芋・人参・胡瓜・ツナ缶 鶏肉・大根・青梗菜・ねぎ	・お茶 ・ソフトせんべい (市販)	
21 月	敬老の日						
22 火	秋分の日						
23 水	ビスケット	・7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・さつま芋とりんごの甘煮	・お茶 ・きな粉粥	・5倍粥 ・豆腐ハンバーグケチャップ煮 ・さつま芋とりんごの甘煮 ・お麩とキャベツの味噌汁	精白米 豆腐・パン粉・ひじき・玉葱・人参 さつま芋・りんご・レーズン キャベツ・小松菜・お麩	・お茶 ・きな粉粥	精白米・きな粉
24 木	小魚せんべい	・7倍粥 ・酢鶏風煮 ・小松菜とキャベツのスープ	・お茶 ・りんごのコンポート	・5倍粥 ・酢鶏風煮 ・小松菜とキャベツのスープ	精白米 鶏肉・玉葱・人参・しめじ・ピーマン キャベツ・小松菜・えのき	・お茶 ・りんごのコンポート	りんご
25 金	ビスケット	・さつま芋のお粥 ・鶏とブロッコリーの煮物 ・じゃが芋と野菜の煮物・オレンジ	・お茶 ・食パン粥	・さつま芋のお粥 ・鶏とブロッコリーの煮物 ・粉ふき芋・野菜の盛り合わせ ・オレンジ	精白米・さつま芋 鶏肉・ブロッコリー じゃが芋・とうもろこし・枝豆・トマト オレンジ	・お茶 ・ラスク風	食パン・砂糖
26 土	ウエハース	・チキンライス風粥 ・南瓜の含め煮 ・キャベツと人参のスープ	・お茶 ・ソフトせんべい	・チキンライス風粥 ・南瓜の含め煮 ・キャベツと人参のスープ	精白米・鶏肉・玉葱・ミックスベジタブル かぼちゃ キャベツ・人参・いんげん	・お茶 ・ソフトせんべい (市販)	
28 月	野菜せんべい	・7倍粥 ・じゃが芋のそぼろ煮 ・豆腐と人参の味噌汁	・お茶 ・南瓜の茶巾	・5倍粥 ・じゃが芋のそぼろ煮 ・豆腐と人参の味噌汁	精白米 鶏挽肉・じゃが芋・人参・グリーンピース 豆腐・小松菜・人参	・お茶 ・南瓜のホットケーキ	小麦粉・南瓜 牛乳
29 火	ソフトせんべい	・7倍粥 ・鶏とブロッコリーの煮物 ・白菜とコーンのおすまし	・お茶 ・バナナとみかん缶	・ポパイグラタン ・ツナとブロッコリーのサラダ風 ・豚肉と白菜のおすまし	マカロニ・鶏肉・玉葱・ほうれん草 ブロッコリー・コーン・ツナ缶 豚肉・白菜・玉葱・青梗菜	・お茶 ・フルーツ	バナナ・みかん缶
30 水	ビスケット	・食パン粥 ・鶏ひき肉とキャベツの煮物 ・じゃが芋とほうれん草のスープ	・お茶 ・枝豆のお粥	・食パン ・チキンナゲット風 ・キャベツの煮浸し ・じゃが芋とほうれん草のスープ	食パン 鶏挽肉・玉葱・コーン・おから キャベツ・ピーマン じゃが芋・人参・ほうれん草	・お茶 ・枝豆のお粥	精白米・枝豆

★仕入れの状況により献立・食材変更する場合があります★

