

9月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年8月30日 (月)	令和3年8月31日 (火)	令和3年9月1日 (水)	令和3年9月2日 (木)	令和3年9月3日 (金)	令和3年9月4日 (土)
朝間食			牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイベー たべっこベイベー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食			ごはん 精白米 厚揚げと茄子のそぼろ煮 厚揚げ なす たまねぎ 鶏ミンチ いんげん おろししょうが かつおだし 料理酒 こいくちしょうゆ 砂糖 片栗粉 人参の和風サラダ にんじん だいこん まぐろ油漬缶 かつお節 マヨドレ 食塩 こいくちしょうゆ 長ねぎのみそ汁 根深ねぎ たまねぎ にんじん カットわかめ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 カレイのから揚げ かれい 料理酒 おろししょうが おろしにんにく こいくちしょうゆ 食塩 ごま油 片栗粉 サラダ油 白菜のゆかり和え はくさい にんじん 焼き竹輪 ゆかり えのきのすまし汁 えのきたけ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	生姜焼き丼 精白米 豚もも たまねぎ 料理酒 こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 しょうが 三色酢の物 こまつな にんじん もやし 穀物酢 砂糖 食塩 さつまいものみそ汁 さつまいも たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	鮭フレークおにぎり 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食			ほうじ茶 ほうじ茶 ふりかけおにぎり(サケ) 精白米 べにざけ(焼き)	牛乳(午後) 普通牛乳 シリアルバー マシュマロ 玄米フレーク レーズン サラダ油	牛乳(午後) 普通牛乳 ココア揚げパン 無塩ロールパン サラダ油 ピュアココア 砂糖 食塩	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイベー たべっこベイベー

9月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年9月6日 (月)	令和3年9月7日 (火)	令和3年9月8日 (水)	令和3年9月9日 (木)	令和3年9月10日 (金)	令和3年9月11日 (土)
朝食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鶏の照り焼き 鶏もも 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん おろしにんにく ひじきのサラダ キャベツ にんじん ほしひじき(乾) 大豆水煮 こいくちしょうゆ マヨドレ じゃがいものみそ汁 じゃがいも たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 鱈のしょうゆマヨ焼き さわら こいくちしょうゆ マヨドレ 食塩 料理酒 きゅうりの塩昆布和え きゅうり にんじん 塩昆布 ごま油 けんちん汁 木綿豆腐 だいこん にんじん ごぼう 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 中華風野菜炒め 豚もも にんじん キャベツ たまねぎ 黄ピーマン もやし にら 顆粒中華だし 食塩 こいくちしょうゆ ほうれんそうのナムル ほうれんそう にんじん 顆粒中華だし ごま油 中華スープ(ギョウザの皮) ぎょうざの皮 はくさい たまねぎ 青ネギ 顆粒中華だし 食塩 いりごま	ごはん 精白米 スコップコロケ(キャベツ) じゃがいも 豚ミンチ キャベツ こいくちしょうゆ 砂糖 玄米フレーク 片栗粉 食塩 中濃ソース ブロッコリーサラダ ブロッコリー にんじん マヨドレ 食塩 オニオンスープ たまねぎ にんじん ウイナーソーセージ 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	ツナコーンピラフ 精白米 グリーンピース スイートコーン にんじん まぐろ油漬缶 顆粒洋風だし 食塩 鶏肉のバーベキュー焼き 鶏もも たまねぎ おろしにんにく 食塩 中濃ソース こいくちしょうゆ 砂糖 トマトケチャップ 粉ふき芋 じゃがいも 食塩 あおのり コンソメスープ(だいこん) だいこん たまねぎ にんじん 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	わかめおにぎり 精白米 混ぜ込みわかめ 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 豆腐スコーン ホットケーキミックス 木綿豆腐 ケーキシロップ 豆乳ホイップ	牛乳(午後) 普通牛乳 キャラメルポップコーン ポップコーン サラダ油 食塩 サラダ油 水 砂糖	ほうじ茶 ほうじ茶 フルーツヨーグルト 豆乳ヨーグルト 砂糖 みかん缶 パインアップル缶 りんご バナナ	ほうじ茶 ほうじ茶 水ようかん こしあん 水 砂糖 粉寒天	ほうじ茶 ほうじ茶 チヂミ たまねぎ にんじん にら スイートコーン(ゆで) 水 薄力粉 顆粒中華だし こいくちしょうゆ いりごま ごま油	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

9月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年9月13日 (月)	令和3年9月14日 (火)	令和3年9月15日 (水)	令和3年9月16日 (木)	令和3年9月17日 (金)	令和3年9月18日 (土)
朝間食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	牛丼 精白米 和牛もも たまねぎ にんじん いんげん 糸こんにゃく 料理酒 こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー にんじん いりごま こいくちしょうゆ 本みりん 中華スープ たまねぎ にんじん カットわかめ スイートコーン 顆粒中華だし 食塩 いりごま	秋野菜カレー 精白米 豚もも たまねぎ にんじん ごぼう れんこん サラダ油 食塩 顆粒洋風だし トマトケチャップ こいくちしょうゆ おろしにんにく おろししょうが カレールウ さつまいもサラダ さつまいも にんじん まぐろ油漬缶 きゅうり マヨドレ 食塩 バナナ バナナ	ごはん 精白米 鯖の蒲焼き風 まさば こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 料理酒 いりごま キャベツのさっぱり和え キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 こいくちしょうゆ 砂糖 食塩 油揚げのみそ汁 油揚げ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ゆかりごはん 精白米 ゆかり 肉かぼちゃ 和牛もも 日本かぼちゃ にんじん しらたき たまねぎ いんげん こいくちしょうゆ 本みりん 料理酒 砂糖 サラダ油 かつおだし ほうれんそうのおかか和え ほうれんそう にんじん 焼き竹輪 かつお節 こいくちしょうゆ 本みりん ひじきのみそ汁 ほしひじき(乾) たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 豆腐入り松風焼き 鶏ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 根深ねぎ 米みそ 砂糖 こいくちしょうゆ 片栗粉 いりごま 三色和え物 こまつな にんじん もやし 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしょうゆ 本みりん 大根のすまし汁 だいこん たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	鮭フレークおにぎり 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 さつまいも蒸しパン ホットケーキミックス さつまいも 調整豆乳 砂糖 サラダ油 くるごま(いり)	牛乳(午後) 普通牛乳 りんごゼリー りんごジュース(濃縮還元) 水 砂糖 粉寒天	牛乳(午後) 普通牛乳 黒ごまパンケーキ ホットケーキミックス 砂糖 調整豆乳 サラダ油 くるごま(いり)	ほうじ茶 ほうじ茶 ヨーグルト寒天 豆乳ヨーグルト 水 砂糖 粉寒天 いちごジャム(高糖度)	牛乳(午後) 普通牛乳 コーンマヨトースト バケット スイートコーン たまねぎ マヨドレ 食塩 パセリ粉	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

9 月 献 立 表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年9月20日 (月)	令和3年9月21日 (火)	令和3年9月22日 (水)	令和3年9月23日 (木)	令和3年9月24日 (金)	令和3年9月25日 (土)
朝 間 食		牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク		牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼 食		ごはん 精白米 鮭の塩焼き べにざけ 食塩 五目金平 ごぼう だいこん にんじん 焼き竹輪 ひじき こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 いりごま ごま油 わかめと豆腐のみそ汁 木綿豆腐 カットわかめ かつおだし 米みそ	ジャージャー麺 中華めん(ゆで) 豚ミンチ しょうが たまねぎ にんじん ピーマン もやし きゅうり こいくちしょうゆ 砂糖 米みそ 片栗粉 ごま油 ブロッコリーのツナマヨ和え ブロッコリー にんじん まぐろ油漬缶 マヨドレ 食塩 オレンジ バレンシアオレンジ		ごはん 精白米 中華風ローストチキン 鶏もも たまねぎ おろししょうが おろしにんにく 本みりん こいくちしょうゆ ごま油 ごまよごし いんげん にんじん えのきたけ くろごま(いり) こいくちしょうゆ 砂糖 白菜のすまし汁 はくさい たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	わかめおにぎり 精白米 混ぜ込みわかめ 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼 間 食		ほうじ茶 ほうじ茶 お月見だんご風おやき さつまいも 片栗粉 砂糖 こいくちしょうゆ 砂糖 片栗粉 水	ほうじ茶 ほうじ茶 おかかおにぎり 精白米 こいくちしょうゆ 本みりん かつお節 いりごま		牛乳(午後) 普通牛乳 れんこんチップス れんこん 片栗粉 サラダ油 食塩 あおさ	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

9月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年9月27日 (月)	令和3年9月28日 (火)	令和3年9月29日 (水)	令和3年9月30日 (木)	令和3年10月1日 (金)	令和3年10月2日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ		
昼 食	鮭フレークごはん 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 肉うどん(みそ風味) 干しうどん(乾) 豚もも たまねぎ にんじん はくさい 青ネギ かつおだし 米みそ こいくちしょうゆ わかめときゅうりの酢の物 きゅうり カットわかめ かに風かまぼこ 砂糖 穀物酢 食塩	ハヤシライス 精白米 和牛もも たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース サラダ油 食塩 顆粒洋風だし トマトケチャップ おろしにんにく ハヤシルウ コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン マヨドレ 食塩 りんご りんご	ごはん 精白米 鱈のごまみそ焼き さわら 米みそ 本みりん 砂糖 いりごま 小松菜のおかか和え こまつな にんじん 焼き竹輪 かつお節 こいくちしょうゆ 本みりん 豆腐のすまし汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 カレー風味唐揚げ 鶏もも 料理酒 おろししょうが おろしにんにく こいくちしょうゆ カレー粉 片栗粉 サラダ油 ブロッコリーのオリーブサラダ ブロッコリー スイートコーン(ゆで) オリーブ油 食塩 砂糖 穀物酢 かぼちゃのポタージュ 日本かぼちゃ たまねぎ 顆粒洋風だし 調整豆乳 食塩 パセリ粉		
昼 間 食	牛乳(午後) 普通牛乳 シュガーラスク バケツ 砂糖 水 ケーキシロップ	ほうじ茶 ほうじ茶 どら焼き ホットケーキミックス ケーキシロップ 調整豆乳 サラダ油 こしあん	牛乳(午後) 普通牛乳 フライドポテト じゃがいも 食塩 あおさ サラダ油	牛乳(午後) 普通牛乳 スモア マシュマロ クラッカー(リッツ)		