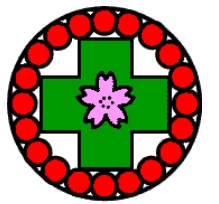


9 がつ

給食 こんだて 表



令和2年度
社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園
舞戸保育所

日	曜日	献立名	主な材料			3歳未満児追加分	おやつ
			血や肉や骨になる	かや熱のもとになる	体の調子をととのえる		
1	火	チーズオムレツ キウイフルーツ トマトマリネ もやし汁	チーズ たまご ベーコン 牛乳	ケチャップ じゃがいも	玉ねぎ マッシュルーム トマト ハセリ もやし チンゲン菜 えのき キウイフルーツ レモン	米飯(月～金) ふりかけ	スキムミルク 米菓子
2	水	赤魚の煮付け グレープフルーツ チンゲン菜のとうもろこし炒め ごま昆布 とうふ汁	赤魚 とうふ	片栗粉	しょうが チンゲン菜 人参 えのき わかめ ごま昆布 グレープフルーツ	かぼちゃの甘煮	牛乳 和菓子
3	木	ホイコーロー 梨 シュウマイ 鮭フレーク たまごスープ	豚肉 シュウマイ たまご 鮭フレーク	片栗粉	キャベツ ピーマン たけのこ ねぎ 人参 梨	枝豆	アイスクリーム
4	金	ポークカレー 福神漬け メロン ひじき煮 乳酸菌飲料	豚肉 大豆 乳酸菌飲料	じゃがいも カレールー 糸こんにゃく	玉ねぎ 人参 ひじき しいたけ メロン 福神漬け	チーズ	牛乳 蒸しパン
5	土	冷やし中華 牛乳かん なすの揚げびたし 麦茶	たまご ハム 牛乳	ゆで中華麺 冷やし中華のつゆ	きゅうり なす しょうが もも缶 寒天		麦茶 せんべい
6	日	運動会 ③④⑤					
7	月	鶏の唐揚げ オレンジ レタスサラダ ふりかけ 白菜汁	鶏肉	唐揚げ粉 コーン ごまドレッシング ふりかけ	レタス きゅうり ミニトマト 白菜 人参 えのき オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク ビスケット
8	火	筑前煮 パナナ きゅうりとわかめの中華サラダ もやし汁	鶏肉 高野豆腐	こんにゃく 冷やし中華のつゆ ごま	しいたけ ごぼう たけのこ れんこん 人参 ささげ きゅうり わかめ パナナ もやし チンゲン菜 えのき	煮豆	プリン
9	水	肉じゃが ★胡瓜とキムチのスタミナ納豆 グレープフルーツ ほうれん草のごま和え わかめ汁	豚肉 とうふ 納豆	じゃがいも 糸こんにゃく すりごま	玉ねぎ 人参 ほうれん草 のり グリンピース わかめ きゅうり キムチ トマト グレープフルーツ	ウインナー	牛乳 米菓子
10	木	アジフライ 織キャベツ 梨 山菜と春雨炒め 大根汁	アジ	小麦粉 パン粉 春雨	キャベツ しいたけ たけのこ わらび 人参 大根 なめこ 梨	たまご豆腐	アイスクリーム
11	金	ベーコンシチュー キウイフルーツ 切り干し大根の煮物 牛乳	ベーコン 牛乳 油揚げ	じゃがいも シチュールー ごま	玉ねぎ 人参 グリンピース 大根 キウイフルーツ	チーズ	ジョア せんべい
12	土	冷やしそうめん ミニゼリー 豚肉とキャベツの冷しゃぶ 麦茶	豚肉	そうめん ごまドレッシング ゼリー	のり ねぎ キャベツ 玉ねぎ 人参		麦茶 ビスケット
13	日						
14	月	鮭の塩焼き オレンジ ほうれん草のバター炒め なめこ汁	鮭 ウインナー とうふ	バター	ほうれん草 なめこ オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク 米菓子
15	火	ハンバーグ ふりかけ パナナ ポテトサラダ わかめスープ	豚肉 ハム	ハンバーグの素 じゃがいも マヨネーズ コーン ケチャップ ふりかけ	玉ねぎ 人参 きゅうり パナナ わかめ ねぎ もやし	ミニトマト	牛乳 ケーキ
16	水	ししゃもの磯辺揚げ のりの佃煮 梨 ちらしサラダ ★中華風スープ	ししゃも かにかまぼこ 豚肉	天ぷら粉 コーン マヨネーズ	あおさ きゅうり キャベツ 梨 ほうれん草 ねぎ のりの佃煮	たまご豆腐	ヨーグルト
17	木	おでん グレープフルーツ 中華風たききゅうり ふりかけ	たまご ウインナー 油揚げ 生揚げ ちくわ	こんにゃく ごま ふりかけ	大根 きゅうり グレープフルーツ	煮豆	カルピス せんべい
18	金	ビーンズカレー キウイフルーツ 春雨サラダ 福神漬け 乳酸菌飲料	大豆 鶏肉 ハム 乳酸菌飲料	じゃがいも カレールー 春雨 ごま 冷やし中華のつゆ	玉ねぎ 人参 きゅうり 福神漬け キウイフルーツ	チーズ	牛乳 和菓子
19	土	ナポリタン チーズ ブロッコリーサラダ 麦茶	ベーコン チーズ	スパゲティ ケチャップ コーン ごまドレッシング	玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム ブロッコリー きゅうり		麦茶 米菓子
20	日						
21	月	敬老の日					
22	火	秋分の日					
23	水	目玉焼き ボイルウインナー オレンジ かむカムサラダ じゅんさい汁	たまご ウインナー さきいか とうふ	ごま	大根 人参 きゅうり もやし オレンジ じゅんさい	ヨーグルト	スキムミルク ビスケット
24	木	鮭のムニエル 梨 炒り豆腐 豚汁	鮭 とうふ 鶏肉 豚肉	小麦粉 バター じゃがいも ごま	大根 人参 ごぼう ねぎ しいたけ 梨	枝豆	ジョア ビスケット
25	金	クリームシチュー キウイフルーツ 小松菜のしらすサラダ 乳酸菌飲料	鶏肉 乳酸菌飲料 しらす干し	じゃがいも シチュールー	玉ねぎ 人参 グリンピース 小松菜 キャベツ キウイフルーツ	チーズ	牛乳 ウインナーたこ焼き
26	土	焼きそば パナナ もやしのナムル風 麦茶	豚肉	ゆで中華麺 ごま	キャベツ 人参 玉ねぎ もやし 水菜 パナナ		麦茶 せんべい
27	日						
28	月	マーボー豆腐 オレンジ きんぴらごぼう たまごスープ	とうふ たまご	マーボー豆腐の素 ごま 糸こんにゃく	ねぎ ごぼう 人参 たけのこ れんこん オレンジ わかめ	さつまいものレ モン煮	スキムミルク クッキー
29	火	チキンカレー 福神漬け パナナ いんげんとじゃこ炒め 牛乳	鶏肉 ちりめんじゃこ 牛乳	じゃがいも カレールー	玉ねぎ 人参 いんげん パナナ 福神漬け	チーズ	風っ子飲料 米菓子
30	水	肉団子のあんかけ のりの佃煮 梨 白菜の具だくさんサラダ とうふ汁	豚肉 とうふ ツナ缶	片栗粉 すりごま	白菜 小松菜 人参 なめこ のりの佃煮 梨	ミニトマト	牛乳 和菓子

★…鯉ヶ沢町内認定こども園・保育所の共通メニューです。

※給食は月齢により、刻み等個々に調理しております。