



# 9月の献立

令和3年

社会福祉法人

河辺保育園

		乳児おやつ	昼食献立	おやつ
1	水	牛乳	キャロパン ミートローフ(ひき肉 玉ねぎ ミックスベジタブル うずら卵) ポテトサラダ(じゃがいも 人参 きゅうり) / 茹でやさい(きゃべつ もやし) 卵スープ(えのき 長ねぎ たまご 豆腐)	鮭おにぎり  牛乳 フルーツ
2	木	牛乳	ごはん かじきのホイル焼き(かじき えのき 絹さや かにかま えび) 中華きゅうり(きゅうり 長ねぎ ごま) みそ汁(じゃがいも 玉ねぎ 大根 わかめ 豆腐 油揚げ)	オレンジ風味フレンチトースト  牛乳 フルーツ
3	金	牛乳	ごはん とりの唐揚げ(とり肉 にんにく しょうが) / たまごやき(たまご) ブロッコリーのたらこあえ(ブロッコリー たらこ) みそ汁(かぼちゃ 大根 ごぼう えのき 玉ねぎ 豆腐 油揚げ)	ジャムサンド  牛乳 フルーツ
4	土	牛乳	わかめごはん(米 わかめ) 筑前煮(じゃがいも たけのこ れんこん こんにゃく ごぼう ちくわ とり肉) みそ汁(もやし たらこ こんにゃく 豆腐 油揚げ)	きなこドーナツ  牛乳 フルーツ
6	月	牛乳	ごはん 柳川もどき(人参 たけのこ ごぼう 豚肉 たまご) 小松菜しらすあえ(小松菜 しらす) みそ汁(きゃべつ 大根 にんにく 豆腐 油揚げ)	アイスクリーム せんべい  麦茶 フルーツ
7	火	牛乳	食パン 鮭のマヨコーン焼き(鮭 コーン パセリ) 洋風肉じゃが(じゃがいも 人参 玉ねぎ) オニオンスープ(玉ねぎ)	ミートグラタン  牛乳 フルーツ
8	水	牛乳	人参ごはん(米 人参) なすのそぼろ煮(なす ひき肉) 豚汁(非常食)	豆腐プリン  牛乳 フルーツ
9	木	牛乳	キャロパン とり肉のピカタ(とり肉 玉ねぎ しょうが) 茹でアスパラ(アスパラガス) カレースープ(人参 玉ねぎ 大根 じゃがいも ひき肉)	ごぼうベーコンおにぎり  牛乳 フルーツ
10	金	牛乳	(幼)冷し中華(冷しめん きゅうり もやし トマト たまご 焼豚) (乳)煮込みうどん(ゆでめん 人参 きゃべつ もやし 豚肉) おくらとウインナーのかきあげ(おくら ウインナー コーン) 茹でやさい(ブロッコリー カリフラワー)	もちもちチーズパン  牛乳 フルーツ
11	土	牛乳	ごはん 麻婆なす(なす 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ ひき肉) ナムル(もやし ちんげん菜 ごま) みそ汁(大根 きゃべつ にんにく 豆腐 油揚げ)	焼きドーナツ  牛乳 フルーツ
13	月	牛乳	ごはん しいたけ入りつくね焼き(しいたけ ひき肉 長ねぎ) 春雨ひじきサラダ(春雨 ひじき きゅうり 人参 コーン ハム) みそ汁(もやし たらこ こんにゃく 豆腐 油揚げ)	ヨーグルト・プチパン  麦茶 フルーツ
14	火	牛乳	鮭ずし(米 さけ きゅうり たまご) 大豆ととり肉の揚げ煮(大豆 とり肉 人参 小松菜 さつまいも) みそ汁(なす 大根 ごぼう えのき 玉ねぎ 豆腐 油揚げ)	豆腐バナナドーナツ  牛乳 フルーツ