○9月　乳幼児献立表　○

	1（火）	2（水）	3（木）	4（金）	5（土）
	麦ご飯 米 38 押麦 4 **煮魚** あかうお 30 うすくちしょうゆ 3 三温糖 1 本みりん 1 料理酒 2 **春雨の炒め物** 普通はるさめ 7 豚肉 8 にんじん 10 たまねぎ 10 にら 5 うすくちしょうゆ 2 本みりん 1 ごま油 0.5 調合油 0.5 **みそ汁** かぼちゃ 20 ぶなしめじ 8 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	**ミートスパゲティ** ﾏｶﾛﾆｰｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ 45 豚ひき肉 20 たまねぎ 25 にんじん 3 グリンピース 1 ｽﾍﾟｲﾄｰﾝ 5 なたね油 3 トマト缶詰 25 だし 1 ケチャップ 3 ウスターソース 1 三温糖 0.5 こいくちしょうゆ 1 **青のりポテト** じゃがいも 30 食塩 0.1 あおのり 0.2 オリーブ油 3 **キャベツとベーコンのスープ** キャベツ 15 ベーコン 5 だし 0.8 食塩 0.1	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **鯖の竜田揚げ** さかな 35 かたくり粉 5 こいくちしょうゆ 1 なたね油 3 料理酒 1 しょうが 0.2 **ひじきのサラダ** ほしひじき 2 もやし 20 にんじん 10 ハム 5 ｽﾍﾟｲﾄｰﾝ缶詰 4 三温糖 1 米酢 2 なたね油 1 うすくちしょうゆ 2 **みそ汁** かぼちゃ 20 たまねぎ 10 生わかめ 2 淡色辛みそ 5	**ハヤシライス** 米 40 押麦 4 豚肉 25 たまねぎ 40 にんじん 20 マッシュルーム 5 薄力粉 4 だし 1 ケチャップ 7 ウスターソース 4 三温糖 1 こいくちしょうゆ 1 トマト缶詰 20 デミグラスソース 5.8 なたね油 2 **きゅうりスティック** きゅうり 25 にんじん 15 うすくちしょうゆ 1 三温糖 0.5	**きつね丼** 米 38 押麦 4 油揚げ 30 にんじん 15 たまねぎ 20 さやいんげん 2 三温糖 2 本みりん 1 うすくちしょうゆ 5 かたくり粉 2 なたね油 2 **みそ汁** じゃがいも 20 生わかめ 1 淡色辛みそ 4 だし 100
7（月）	**8（火）**	**9（水）**	**10（木）**	**11（金）**	**12（土）**
麦ご飯 米 38 押麦 4 **鶏のトマト煮** 鶏肉 40 たまねぎ 20 トマト缶詰 12 ケチャップ 2.3 だし 0.5 オリーブ油 1 三温糖 0.1 **添え野菜** じゃがいも 30 きゅうり 20 食塩 0.2 **スープ** キャベツ 15 ベーコン 3 にんじん 10 だし 0.8 食塩 0.1	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **鯖の照り焼き** さわら 35 料理酒 1.2 こいくちしょうゆ 1.2 車糖 0.6 本みりん 0.6 **ナムル** ほうれんそう 20 にんじん 7 ブラックマッペもやし 20 ごま 1 うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1 ごま油 0.5 **中華スープ** 木綿豆腐 20 生わかめ 2 食塩 0.1 うすくちしょうゆ 0.1 だし 1	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **ポークビーンズ** 豚肉 25 だいず 30 たまねぎ 35 にんじん 15 西洋かぼちゃ 15 さやいんげん 2 だし 0.8 ケチャップ 3 三温糖 0.3 こいくちしょうゆ 0.1 なたね油 2 濃厚ソース 0.8 **スープ** トウミョウ 5 ｽﾍﾟｲﾄｰﾝ缶詰 3 だし 0.9 食塩 0.1	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **鶏のみそ焼き** 鶏肉 40 淡色辛みそ 2 本みりん 1 **カルシウムポテト** じゃがいも 40 こまつな 5 しらす干し 2 食塩 0.1 ごま 0.5 **すまし汁** うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1 湯葉 2 えのきたけ 7	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **ミートローフ** 豚ひき肉 35 たまねぎ 20 木綿豆腐 10 ケチャップ 2 濃厚ソース 1 こいくちしょうゆ 0.1 かたくり粉 0.2 車糖 0.1 **あらめの炊いたん** あらめ 2.8 焼き竹輪 5 にんじん 10 だいず 4 さやいんげん 3 なたね油 1 三温糖 2 うすくちしょうゆ 1.7 **みそ汁** キャベツ 8 油揚げ 5 淡色辛みそ 4 だし 100	**ビビンバ** 米 50 鶏ひき肉 25 こいくちしょうゆ 2 車糖 1.5 こまつな 10 にんじん 5 りょくとうもやし 10 ごま 1 ごま油 2 食塩 0.2 米酢 1 **わかめスープ** カットわかめ 0.8 こねぎ 3 だし 1 食塩 0.1 うすくちしょうゆ 0.1
14（月）	**15（火）**	**16（水）**	**17（木）**	**18（金）**	**19（土）**
麦ご飯 米 38 押麦 4 **高野豆腐の炒め煮** 高野豆腐 11 鶏肉 25 にんじん 10 たまねぎ 25 乾しいたけ 1 さやいんげん 2 なたね油 1 三温糖 0.8 うすくちしょうゆ 1.7 かたくり粉 2 **みそ汁** さつまいも 20 生わかめ 2 だし 100 淡色辛みそ 4	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **鮭の塩焼き** べにざけ 35 食塩 0.1 **千切大根煮** 切干しだいこん 5 にんじん 15 油揚げ 10 生わかめ 2 乾しいたけ 1.2 うすくちしょうゆ 2 三温糖 1.2 なたね油 2 **みそ汁** たまねぎ 20 まいたけ 3 淡色辛みそ 4 だし 100	**ミートスパゲティ** ﾏｶﾛﾆｰｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ 45 豚ひき肉 20 たまねぎ 25 にんじん 3 グリンピース 1 ｽﾍﾟｲﾄｰﾝ 5 なたね油 3 トマト缶詰 25 だし 1 ケチャップ 3 ウスターソース 1 三温糖 0.5 こいくちしょうゆ 1 **青のりポテト** じゃがいも 30 食塩 0.1 あおのり 0.2 オリーブ油 3 **キャベツとベーコンのスープ** キャベツ 15 ベーコン 5 だし 0.8 食塩 0.1	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **鯖の竜田揚げ** さかな 35 かたくり粉 5 こいくちしょうゆ 1 なたね油 3 料理酒 1 しょうが 0.2 **ひじきのサラダ** ほしひじき 2 もやし 20 にんじん 10 ハム 5 ｽﾍﾟｲﾄｰﾝ缶詰 4 三温糖 1 米酢 2 なたね油 1 うすくちしょうゆ 2 **みそ汁** かぼちゃ 20 たまねぎ 10 生わかめ 2 淡色辛みそ 5	**ハヤシライス** 米 40 押麦 4 豚肉 25 たまねぎ 40 にんじん 20 マッシュルーム 5 薄力粉 4 だし 1 ケチャップ 7 ウスターソース 4 三温糖 1 こいくちしょうゆ 1 トマト缶詰 20 デミグラスソース 5.8 なたね油 2 **きゅうりスティック** きゅうり 25 にんじん 15 うすくちしょうゆ 1 三温糖 0.5	**きつね丼** 米 38 押麦 4 油揚げ 30 にんじん 15 たまねぎ 20 さやいんげん 2 三温糖 2 本みりん 1 うすくちしょうゆ 5 かたくり粉 2 なたね油 2 **みそ汁** じゃがいも 20 生わかめ 1 淡色辛みそ 4 だし 100
21（月）	**22（火）**	**23（水）**	**24（木）**	**25（金）**	**26（土）**
		麦ご飯 米 38 押麦 4 **ポークビーンズ** 豚肉 25 だいず 30 たまねぎ 35 にんじん 15 西洋かぼちゃ 15 さやいんげん 2 だし 0.8 ケチャップ 3 三温糖 0.3 こいくちしょうゆ 0.1 なたね油 2 濃厚ソース 0.8 **スープ** トウミョウ 5 ｽﾍﾟｲﾄｰﾝ缶詰 3 だし 0.9 食塩 0.1	**炊き込みご飯** 米 38 押麦 4 にんじん 7 ごぼう 3 まぐろ缶詰 5 うすくちしょうゆ 1.4 本みりん 1.4 食塩 0.3 料理酒 1.4 **鶏のみそ焼き** 鶏肉 40 淡色辛みそ 2 本みりん 1 **カルシウムポテト** じゃがいも 40 こまつな 5 しらす干し 2 食塩 0.1 ごま 0.5 **すまし汁** うすくちしょうゆ 2 食塩 0.1 湯葉 2 えのきたけ 7 **ゼリー** ゼリー 20	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **ミートローフ** 豚ひき肉 35 たまねぎ 20 木綿豆腐 10 ケチャップ 2 濃厚ソース 1 こいくちしょうゆ 0.1 かたくり粉 0.2 車糖 0.1 **あらめの炊いたん** あらめ 2.8 焼き竹輪 5 にんじん 10 だいず 4 さやいんげん 3 なたね油 1 三温糖 2 うすくちしょうゆ 1.7 **みそ汁** キャベツ 8 油揚げ 5 淡色辛みそ 4 だし 100	**ビビンバ** 米 50 鶏ひき肉 25 こいくちしょうゆ 2 車糖 1.5 こまつな 10 にんじん 5 りょくとうもやし 10 ごま 1 ごま油 2 食塩 0.2 米酢 1 **わかめスープ** カットわかめ 0.8 こねぎ 3 だし 1 食塩 0.1 うすくちしょうゆ 0.1
28（月）	**29（火）**	**30（水）**			
麦ご飯 米 38 押麦 4 **高野豆腐の炒め煮** 高野豆腐 11 鶏肉 25 にんじん 10 たまねぎ 25 乾しいたけ 1 さやいんげん 2 なたね油 1 三温糖 0.8 うすくちしょうゆ 1.7 かたくり粉 2 **みそ汁** さつまいも 20 生わかめ 2 だし 100 淡色辛みそ 4	**麦ご飯** 米 38 押麦 4 **鮭の塩焼き** べにざけ 35 食塩 0.1 **千切大根煮** 切干しだいこん 5 にんじん 15 油揚げ 10 生わかめ 2 乾しいたけ 1.2 うすくちしょうゆ 2 三温糖 1.2 なたね油 2 **みそ汁** たまねぎ 20 まいたけ 3 淡色辛みそ 4 だし 100	**ミートスパゲティ** ﾏｶﾛﾆｰｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ 45 豚ひき肉 20 たまねぎ 25 にんじん 3 グリンピース 1 ｽﾍﾟｲﾄｰﾝ 5 なたね油 3 トマト缶詰 25 だし 1 ケチャップ 3 ウスターソース 1 三温糖 0.5 こいくちしょうゆ 1 **青のりポテト** じゃがいも 30 食塩 0.1 あおのり 0.2 オリーブ油 3 **キャベツとベーコンのスープ** キャベツ 15 ベーコン 5 だし 0.8 食塩 0.1			

※都合により献立を変更することがあります