

献立一覧表

2024年 9月 (分量は純使用量)

[長寿院保育園3歳未満]

朝開食	2(月)					3(火)					4(水)					5(木)					6(金)					7(土)				
朝開食	ハイハイ ハイハイ					野菜せんべい 野菜せんべい					鉄分入りせんべい ハイハイ					ハイハイ ハイハイ					野菜せんべい 野菜せんべい					鉄分入りせんべい ハイハイ				
昼食	七分つき玄米ご飯 米、七分つき米 さばのこみ焼き さば しょうが、生 こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 高野豆腐の佃煮 凍り豆腐 鶏ひき肉 にんじん 卵 グリーンピース 車箱、上白糖 うすくちしょうゆ みりん風調味料 だし、かつお 大根なます 大根 にんじん 穀物酢 車箱、上白糖 食塩 だし、かつお 豆腐と春雨のすまし汁 絹ごし豆腐 カットわかめ 三つ葉 うすくちしょうゆ 食塩 だし、かつお 料理酒					チキンライス 米、七分つき米 鶏もも、皮つき、若鶏 たまねぎ 青ピーマン スイートコーン、カーネル、冷凍 グリーンピース だし、かつお ケチャップ 食塩 キャベツとささみのサラダ キャベツ きゅうり スイートコーン、カーネル、冷凍 ささ身、若鶏 穀物酢 車箱、上白糖 食塩 米ぬか油 野菜スープ たまねぎ ほうれんそう だし、かつお うすくちしょうゆ みりん風調味料 食塩 バナナ バナナ					七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 五目マーボー豆腐 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ 生しいたけ にんじん 赤色辛みそ、米みそ 車箱、上白糖 かたくり粉 キャベツとじゃこの酢の物 キャベツ にんじん ちりめんじゃこ カットわかめ 穀物酢 車箱、上白糖 だし、かつお 食塩 大根と油揚げの味噌汁 大根 油揚げ 菜ねぎ だし、かつお 赤色辛みそ、米みそ フルーツ/バナナ バナナ					ロールパン ロールパン きのこのクリームシチュー 鶏もも、皮つき、若鶏 にんじん たまねぎ じゃがいも ぶなしめじ クリームシチューの素 普通牛乳 グリーンピース キャベツとコーンのサラダ キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン 穀物酢 食塩 車箱、上白糖 サラダ油 オレンジゼリー オレンジ飲料、濃縮還元 寒天 車箱、上白糖					七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 豆腐チャンプルー 豚ロース、脂身付、中型種 木綿豆腐 たまねぎ 鶏もも、皮つき、若鶏 にんじん にら、生 もやし 卵 だし、かつお うすくちしょうゆ みりん風調味料 スパゲティサラダ スパゲティ、乾 にんじん スイートコーン みずな 穀物酢 車箱、上白糖 うすくちしょうゆ 豆腐と春雨の味噌汁 絹ごし豆腐 カットわかめ 菜ねぎ 赤色辛みそ、米みそ だし、かつお					京風あんかけうどん うどん、ゆで 卵 たまねぎ にんじん 油揚げ 鶏もも、皮つき、若鶏 菜ねぎ うすくちしょうゆ みりん風調味料 だし、かつお しょうが、生 かたくり粉 ほうれんそうとえのきのお浸し ほうれんそう えのきだけ にんじん みりん風調味料 こいくちしょうゆ だし、かつお フルーツ/バナナ バナナ				
昼開食	さつまいもチップス お菓子 牛乳 普通牛乳					フルーツ寒天水ようかん こしあん 寒天 食塩 車箱、上白糖 寒天 りんご酢、黄肉種、果肉 牛乳 普通牛乳					全粒粉クラッカー お菓子 牛乳 普通牛乳					野菜バー お菓子 牛乳 普通牛乳					ブルーベリージャムサンド 食パン ブルーベリージャム 牛乳 普通牛乳					こめおこし お菓子 牛乳 普通牛乳				
朝開食	ハイハイ ハイハイ					野菜せんべい 野菜せんべい					鉄分入りせんべい ハイハイ					ハイハイ ハイハイ					野菜せんべい 野菜せんべい					鉄分入りせんべい ハイハイ				
昼食	七分つき玄米ご飯 米、七分つき米 鶏肉から揚げ 鶏もも、皮つき、若鶏 たまねぎ こいくちしょうゆ 片栗粉 料理酒 サラダ油 切干大根煮 切干だいこん 油揚げ にんじん だし、かつお 車箱、上白糖 うすくちしょうゆ みりん風調味料 白菜の塩昆布和え はくさい にんじん ぶなしめじ 塩昆布 みりん風調味料 うすくちしょうゆ だし、かつお 若布ともやしの味噌汁 カットわかめ もやし 菜ねぎ 淡色辛みそ、米みそ だし、かつお					七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 森魚の煮つけ あかから こいくちしょうゆ 料理酒 車箱、上白糖 みりん風調味料 大根と鶏肉の煮物 鶏もも、皮なし、若鶏 大根 にんじん つきこんにやく こいくちしょうゆ みりん風調味料 車箱、上白糖 だし、かつお キャベツとらすの酢の物 キャベツ にんじん カットわかめ ちりめんじゃこ 穀物酢 車箱、上白糖 だし、かつお 食塩 うすくちしょうゆ えのきとじゃがいもの味噌汁 えのきだけ じゃがいも 菜ねぎ だし、かつお 淡色辛みそ、米みそ					七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 鶏肉と厚揚げの五目煮 鶏もも、皮つき、若鶏 厚揚げ にんじん いんげん こいくちしょうゆ みりん風調味料 かたくり粉 ほうれんそうともやしの和え物 ほうれんそう もやし にんじん みりん風調味料 うすくちしょうゆ だし、かつお 大根と油揚げの味噌汁 大根 油揚げ 菜ねぎ だし、かつお 淡色辛みそ、米みそ フルーツ/バナナ バナナ					洋風炊き込みピラフ 米、七分つき米 鶏もも、皮つき、若鶏 たまねぎ 赤ピーマン、生 青ピーマン スイートコーン、カーネル、冷凍 食塩 だし、かつお うすくちしょうゆ キャベツとささみの和風サラダ キャベツ にんじん きゅうり ささ身、若鶏 穀物酢 食塩 うすくちしょうゆ 車箱、上白糖 米ぬか油 野菜スープ はくさい にんじん 菜ねぎ だし、かつお うすくちしょうゆ みりん風調味料 ぶどうゼリー ぶどう飲料、濃縮還元 寒天 車箱、上白糖					七分つき玄米ごはん 米、七分つき米 手作りロケット たまねぎ 牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ 食塩 こしよ、混合、粉 薄力粉 パン粉、乾燥 サラダ油 ケチャップ コーンとキャベツのサラダ キャベツ きゅうり にんじん スイートコーン、カーネル、冷凍 うすくちしょうゆ 大根と豆腐の味噌汁 大根 絹ごし豆腐 菜ねぎ だし、かつお 淡色辛みそ、米みそ フルーツ/バナナ バナナ					ビビンバ風混ぜご飯 米、七分つき米 豚ひき肉 にんじん もやし ほうれんそう こいくちしょうゆ だし、かつお プロッコリーの和えもの プロッコリー にんじん パン粉、乾燥 うすくちしょうゆ みりん風調味料 だし、かつお 野菜スープ カットわかめ たまねぎ 菜ねぎ だし、かつお うすくちしょうゆ みりん風調味料 フルーツ/オレンジ パレンシアオレンジ				
昼開食	ビスケット ビスケット、ソフト 牛乳 普通牛乳					ほろほろ焼き(しょうゆ味) 甘せんべい 牛乳 普通牛乳					オレンジフレンチトースト フランスパン 卵 オレンジ飲料、濃縮還元 普通牛乳 車箱、上白糖 牛乳 普通牛乳					うす塩せんべい 塩せんべい 牛乳 普通牛乳					オレンジゼリー オレンジ飲料、濃縮還元 寒天 車箱、上白糖 みかん缶詰、果肉 牛乳 普通牛乳					おかき やわらかおかき 牛乳 普通牛乳				

\*都合により献立を変更することがあります。

◎ 献立一覧表 ◎

2024年 9月 (分量は純使用量)

[長寿院保育園3歳未満]

	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
朝開食	野菜せんべい 野菜せんべい	野菜せんべい 野菜せんべい	鉄分入りせんべい ハイハイ	ハイハイ ハイハイ	野菜せんべい 野菜せんべい	鉄分入りせんべい ハイハイ
	①中秋の名月 くりごはん 日本ぐり、ゆで 米、七分つき米 塩	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米	肉豆腐 豚肉スライス 木綿豆腐 たまねぎ	豚じゃが 豚ロース、脂身付、中型種 じゃがいも にんじん たまねぎ	郷土料理～宮崎～ 七分つき玄米ごはん 米、七分つき米	ミートスパゲティ スパゲティ、乾 たまねぎ にんじん 牛ひき肉 豚ひき肉
	秋鮭の西京焼き 鮭 淡色辛みそ、米みそ 車糖、上白糖 料理酒 みりん風調味料	七つまきスープ 卵 たまねぎ カットわかめ 菜の花 うすくちしょうゆ 食塩 だし、かつお	小松菜のお浸し こまつな 大根 前揚げ みりん風調味料 うすくちしょうゆ だし、かつお	大根とさつま揚げの炊いたん 大根 さつま揚げ こいくちしょうゆ みりん風調味料 車糖、上白糖 だし、かつお	チキン南蛮 鶏むね、皮つき、若鶏 てんぷら粉 サラダ油 こいくちしょうゆ 穀物酢、上白糖 車糖、上白糖 卵 たまねぎ 食塩 マヨネーズ パセリ、葱	クヂキップ トマト缶詰、ホール 車糖、上白糖 発酵バター マリネサラダ たまねぎ トマト きゅうり マリネ液
	秋芋と白菜の和えもの まいたけ はくさい しゅんぎく うすくちしょうゆ みりん風調味料 だし、かつお	かきたまスープ 卵 たまねぎ カットわかめ 菜の花 うすくちしょうゆ 食塩 だし、かつお	わかめと豆腐の味噌汁 カットわかめ 絹ごし豆腐 菜の花 だし、かつお 淡色辛みそ、米みそ	かぼちゃの煮物 かぼちゃ きねこ うすくちしょうゆ みりん風調味料 車糖、上白糖	野菜スープ もやし スートロン だし、かつお うすくちしょうゆ みりん風調味料	フルーツオレンジ パレンシアオレンジ
	お月見蒸しパン 卵 車糖、上白糖 普通牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー サラダ油	りんごゼリー りんご飲料、濃縮還元 寒天 車糖、上白糖 りんご缶詰 牛乳 普通牛乳	ビスケット ビスケット、ソフト 牛乳 普通牛乳	豆乳クリームクラッカーサンド クッキー 豆乳 てんさい含蜜糖 米粉 牛乳 普通牛乳	ほろほろ焼き(しょうゆ) 甘辛せんべい 牛乳 普通牛乳	
	オレングゼリー オレンジ飲料、濃縮還元 寒天 車糖、上白糖	バナナ バナナ	フルーツバナナ バナナ			
	昼食	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
野菜せんべい 野菜せんべい		野菜せんべい 野菜せんべい	鉄分入りせんべい ハイハイ	ハイハイ ハイハイ	野菜せんべい 野菜せんべい	鉄分入りせんべい ハイハイ
七分つき玄米ごはん 米、七分つき米		七分つき玄米ごはん 米、七分つき米	鶏秋萩寄せちらし寿司 鶏肉酢 車糖、上白糖 にんじん たまねぎ 乾しいたけ 車糖、上白糖 こいくちしょうゆ	手作りマトカレー 米、七分つき米 豚ひき肉 なす トマト缶詰、ホール にんじん たまねぎ カレー粉 車糖、上白糖 しょうが、生 しょうが、生 サラダ油	ひじきチャーハン 米、七分つき米 クインナー ほしひじき 卵 菜の花 にんじん サラダ油 食塩 うすくちしょうゆ だし、かつお	きのこたっぷり中華丼 米、七分つき米 豚ロース、脂身付、中型種 たまねぎ にんじん ぶなしめじ まいたけ 菜の花 車糖、上白糖 うすくちしょうゆ みりん風調味料 オイスターソース 車糖、上白糖
アンのフライ あん 食塩 薄力粉 パン粉、乾燥 サラダ油 ケチャップ		マカロニサラダ マカロニ 卵 きゅうり たまねぎ にんじん マヨネーズ 食塩	和え物 はくさい にんじん しゅんぎく カットわかめ みりん風調味料 うすくちしょうゆ だし、かつお	みかんヨーグルト みかん缶詰、果肉 車糖、上白糖 ヨーグルト、全脂無糖	水菜と油揚げのお浸し みずな にんじん 油揚げ みりん風調味料 うすくちしょうゆ だし、かつお	小松菜としずのお浸し こまつな にんじん ちりめんじゃこ うすくちしょうゆ みりん風調味料 だし、かつお
じゃがいもとわかめの味噌汁 じゃがいも カットわかめ 菜の花 淡色辛みそ、米みそ だし、かつお		フルーツオレンジ パレンシアオレンジ	影りにゆであん 手延とうもろこし 生しいたけ かいわれだいこん きく、生 菜の花 だし、かつお うすくちしょうゆ みりん風調味料	ミルクプリン 普通牛乳 寒天 車糖、上白糖 ネクターラム、植物性脂 カスタード バニラエッセンス	豆乳クリームクラッカーサンド クッキー 豆乳 てんさい含蜜糖 米粉 牛乳 普通牛乳	おせんべい せんべい 牛乳 普通牛乳
昼開食		30(月)				
	ハイハイ ハイハイ					
	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米					
	鮭の照り焼き さば みりん風調味料 料理酒 片栗粉					
	豆腐のきのこあんかけ 木綿豆腐 えのきたけ ぶなしめじ 三つ葉 うすくちしょうゆ みりん風調味料 だし、かつお かたくり粉					
	もやしと胡瓜の和えもの もやし にんじん きゅうり うすくちしょうゆ みりん風調味料 だし、かつお					
	さつまいもと香辛の味噌汁 カットわかめ さつまいも 菜の花 淡色辛みそ、米みそ だし、かつお					
	ほろほろ焼き(しょうゆ) 甘辛せんべい 牛乳 普通牛乳					

\*都合により献立を変更することがあります。