

9月の献立表 幼児食

令和元年9月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL.6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
2	月	いりこ	いりこ	鶏のから揚げ	鶏肉	しょうゆ・料理酒	おろし生薑	チアミ 牛乳	小麦粉 卵 ニラ 人参 ごま油 しょうゆ 酢 牛乳
				スナッフえんどう		片栗粉・油	スナッフえんどう		
				ぎゅうり酢の物	ちりめんじゃこ・わかめ	酢・砂糖・塩・しょうゆ	ぎゅうり		
				味噌汁		そうめん	ねぎ		
				ごはん		米			
3	火	クラッカー	クラッカー	五穀ごはん		米・五穀		チーズクッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 粉チーズ 牛乳
				サンマの蒲焼き	さんま	片栗粉・油・みりん・料理酒			
				いんげんおなか和え	かつお節	しょうゆ・砂糖	いんげん		
				パンキンサラダ	チーズ	マヨネーズ・塩	南瓜・グリーンピース・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		なめこ・青ねぎ		
4	水	めいぎいち	じゃが芋	ハンバーグ	ハンバーグ	ケチャップ		みるくもち お茶	片栗粉 牛乳 砂糖 きなこ お茶
				キャベツのカレー炒め		カレー粉・塩	キャベツ・コーン		
				ボークビーンズ	豚肉・大豆	砂糖・しょうゆ	たまねぎ・人参・グリーンピース		
				コンソメスープ	わかめ	コンソメ・塩	トマト		
				ロールパン		ロールパン	大根		
5	木	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	カレーライス	牛肉	米・コンソメ・カレールー・油	人参・たまねぎ	レーズン 無しパン 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 レーズン スキムミルク 牛乳
				ごぼうサラダ		じゃが芋	ごぼう・コーン・アスパラ		
				オレンジ		マヨネーズ・塩	オレンジ		
6	金	紫いも せんべい	紫いも せんべい	豚肉となすのさっぱり炒め	豚肉	砂糖・しょうゆ・酢・油	なす・玉ねぎ・人参・いんげん	アップルパイ 牛乳	ぎょうざの皮 りんご 砂糖 油 牛乳
				醤油の和え物	ハム	醤油・砂糖・しょうゆ・ごま油	赤パプリカ・黄パプリカ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		小松菜・えのき		
				ごはん		米			
7	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	スバグティナポリタン	ウィンナー	スバグティ・ケチャップ	たまねぎ・ピーマン	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
				コールスローサラダ		酢・砂糖・塩・油	キャベツ・胡瓜・コーン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ちんげん菜		
9	月	マンナ ウエハース	マンナ ウエハース	たらのぎのこあんかけ	たら	しょうゆ・みりん・料理酒・砂糖	えのき・しめじ・たまねぎ	チャーハン 牛乳	米 グリーンピース 豚ミンチ 人参 油 シャンタン 塩 こしょう 牛乳
				はりはり大根サラダ	刻み昆布	酢・砂糖・しょうゆ	切干大根・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		なす・青ねぎ		
				ごはん		米			
10	火	お誕生会 南瓜煮	南瓜	★ウサギプレート				みかんケーキ 牛乳	みかん ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳 スキムミルク 卵 ホイップ 牛乳
				さつま芋ごはん		米・料理酒・塩・さつま芋	グリーンピース・人参		
				チキンカツ	チキンカツ	油	ブロッコリー		
				アスパラサラダ	ツナ	酢・砂糖・油・塩	アスパラ・赤ピーマン・黄ピーマン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	チンゲン菜		
11	水	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	焼肉風炒め	牛肉・赤味噌	しょうゆ・砂糖・料理酒・ごま油	キャベツ・たまねぎ・人参	お昼ラスク ビビビキャンディ チーズ 牛乳	心 マーガリン きな粉 砂糖 ビビビキャン ディーチーズ 牛乳
				無しシュウマイ	しゅうまい		ピーマン・長ネギ		
				すまし汁	かつお節・だし昆布・ゆば	しょうゆ・塩・みりん	青ねぎ		
				ごはん		米			
12	木	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	味噌ラーメン	豚肉	ラーメン・味噌・シャンタン・塩	もやし・コーン・ねぎ	おはぎ 牛乳	米 もち米 こしあん 牛乳
				ほうれん草の中草和え		こしょう・料理酒	ほうれん草・しめじ・赤ピーマン		
				梨			梨		
13	金	オレンジ	オレンジ	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉	マーマレード・しょうゆ		もちもち チーズパン 牛乳	白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油 牛乳
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				炊き合わせ	がんも	しょうゆ・みりん・砂糖	大根・いんげん		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	花麩			
				ごはん	わかめ	米			
14	土	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	中華丼	豚肉	米・油・シャンタン・しょうゆ	白菜・赤ピーマン	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳
				ちやしのナムル	カニカマ	片栗粉・料理酒	だけのこ・絹さや・おろししょうが		
				中華スープ		しょうゆ・砂糖・ごま油・ごま	もやし・ぎゅうり		
						シャンタン・塩	小松菜		

9月の献立表 幼児食

令和元年9月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL 6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
17	火	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	麻婆豆腐	豆腐・豚ミンチ	砂糖・しょうゆ・ジャンタン	たまねぎ・干椎茸・青ねぎ	マヨコーン トースト 牛乳	食パン コーン マヨネーズ パセリ 牛乳
					味噌・赤みそ	片栗粉	おろし生姜		
				中華巻き	巻き	油			
				中華スープ		ジャンタン・塩	チンゲン菜・人蔘		
18	水	ふかしりち	さつま芋	白身魚フライ	白身魚フライ	油		フルーツ ヨーグルト お茶	ヨーグルト 砂糖 漬物 りんご お茶
				いんげんのゆかり和え		ゆかり	いんげん・コーン		
				焼きビーフン	豚ミンチ	ビーフン・ジャンタン・しょうゆ	ピーマン・干椎茸・たけのこ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	砂糖・油	たまねぎ		
19	木	菜いち せんべい	菜いち せんべい	肉じゃが	牛肉	じゃがいも・糸こんにゃく	たまねぎ・人蔘・絹さや	ぎょうざピザ 牛乳	餃子の皮 トマト コーン ケチャップ 粉チーズ 牛乳
				ブロッコリーサラダ	ハム	油・みりん・砂糖・しょうゆ	ブロッコリー・赤ピーマン		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	酢・砂糖・しょうゆ	黄ピーマン		
				ごはん	米		オクラ		
20	金	りんご	りんご	鮭のチーズ焼き	鮭・ミックステース		パセリ	豆腐トナツ 牛乳	ホットケーキ ミックス 豆腐 油 グラニュー糖 牛乳
				トマト			トマト		
				れんこんツナサラダ	ツナ	しょうゆ・砂糖・マヨネーズ	れんこん・人蔘・枝豆		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ほうれん草		
21	土	ソフトな せんべい	ソフトな せんべい	野菜あんかけうどん	鶏肉・かつお節・だし昆布	うどん・しょうゆ・みりん・砂糖・片栗粉	白菜・人蔘・干椎茸 青ねぎ	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
				チンゲン菜のごま和え		白ごま・しょうゆ・砂糖	チンゲン菜・しめじ		
				オレンジ			オレンジ		
24	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	鶏の照り焼き	鶏肉	砂糖・しょうゆ・みりん・片栗粉		罐ビーンズ 牛乳	ちりめんじゃこ 油 大豆水煎 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
				人蔘ソテー		塩・こしょう・油	人蔘・もやし		
				ジャーマンポテト	ウィンナー	じゃがいも・塩・こしょう・油	たまねぎ・パセリ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	油揚げ	白菜		
25	水	クラッカー	クラッカー	豚肉	豚肉・赤味噌	油・砂糖・みりん	白ねぎ・キャベツ・赤パプリカ	きな粉マカロニ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 牛乳
				豚肉サラダ	鶏糸卵・ハム	春雨・しょうゆ・酢・砂糖・ごま油	きゅうり・きくらげ		
				中華スープ	豆腐・わかめ	ジャンタン・塩			
				ごはん	米				
26	木	いりこ	いりこ	しめじごはん	豚ミンチ	米・こんにゃく・しょうゆ みりん・塩・料理酒	しめじ	恐竜の卵 牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキング パウダー 牛乳
				さばの塩焼き	さば	塩			
				ほうれん草豆腐和え	刻みのり	しょうゆ・砂糖	ほうれん草・人蔘		
				高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・卵	砂糖・しょうゆ・料理酒・みりん	干し椎茸・絹さや		
27	金	玄米ほんせん	玄米ほんせん	ニラ玉あんかけ	卵・豚ミンチ・カニカマ	砂糖・塩・油・しょうゆ・片栗粉	ニラ・たまねぎ	ようかん 牛乳	こしあん 塩天 吉野菜 砂糖 塩 牛乳
				胡瓜のさっぱり和え		酢・砂糖・ごま油	きくらげ・人蔘・きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	さつま芋	ねぎ		
				ごはん	米				
28	土	菜いち せんべい	菜いち せんべい	チキンライス	鶏肉	米・ケチャップ・塩・コンソメ 油	玉ねぎ・ピーマン	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
				白菜サラダ	ツナ	酢・油・塩・こしょう	白菜・人蔘		
				コンソメスープ	わかめ	コンソメ・塩	コーン		
30	月	オレンジ	オレンジ	豚肉の生煮焼き	豚肉	しょうゆ・みりん・砂糖・油	キャベツ・玉ねぎ・もやし・人蔘 生姜	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
				マカロニサラダ	ハム	マカロニ・マヨネーズ・塩・こしょう	きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		大根・青ねぎ		
				ごはん	米				

9月の献立表 卵除去食

令和元年9月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL 6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
2	月	いりこ	いりこ	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒	おろし生姜	チ子ミ 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 しょうゆ 酢 牛乳
				スナップえんどう		片栗粉・油	スナップえんどう		
				ぎゅうり酢の物	ちりめんじゃこ・わかめ	酢・砂糖・塩・しょうゆ	ぎゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	そうめん	ねぎ		
3	火	クラッカー	クラッカー	五穀ごはん		米・五穀		チーズクッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 粉チーズ 牛乳
				サンマの蒲焼き	さんま	片栗粉・油・みりん・料理酒			
				いんげんあかか粕え	かつお節	しょうゆ・砂糖	いんげん		
				パンブキンサラダ	チーズ	塩・こしょう	南瓜・グリーンピース・人参		
4	水	おふぎいも	じゃがいも	ハンバーグ	合ミンチ	ケチャップ・油・塩・こしょう	玉ねぎ	みるくもち お茶	片栗粉 牛乳 砂糖 きなこ お茶
				キャベツのカレー炒め		カレー粉・塩	キャベツ・コーン		
				ポークビーンズ	豚肉・大豆	砂糖・しょうゆ	たまねぎ・人参・グリーンピース		
				コンソメスープ	わかめ	ケチャップ・コンソメ	トマト		
5	木	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	カレーライス	牛肉	米・コンソメ・カレールー・油	人参・たまねぎ	レーズン 蒸しパン 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 レーズン スキムミルク 牛乳
				ごぼうサラダ		じゃが芋	ごぼう・コーン・アスパラ		
				オレンジ		しょうゆ・砂糖・ごま油	オレンジ		
				ロールパン		ロールパン			
6	金	紫いも せんべい	紫いも せんべい	豚肉となすのさっぱり炒め	豚肉	砂糖・しょうゆ・酢・油	なす・玉ねぎ・人参・いんげん	アップルパイ 牛乳	ぎょうざの 皮 りんご 砂糖 油 牛乳
				春雨の和え物		春雨・砂糖・しょうゆ・ごま油	赤パプリカ・黄パプリカ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		小松菜・えのき		
				ごはん		米			
7	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	スパゲティナポリタン	ウインナー	スパゲティ・ケチャップ	たまねぎ・ピーマン	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
				コールスローサラダ		酢・砂糖・塩・油	キャベツ・胡瓜・コーン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ちんげん菜		
				ロールパン		ロールパン			
9	月	マンナ ウエハース	マンナ ウエハース	だらのきのこあんかけ	たら	しょうゆ・みりん・料理酒・砂糖	えのき・しめじ・たまねぎ	チャーハン 牛乳	米 グリーンピース 豚ミンチ 人参 油 シャンタン 塩 こしょう 牛乳
				はりはり大根サラダ	刻み昆布	酢・砂糖・しょうゆ	切干大根・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		なす・青ねぎ		
				ごはん		米			
10	火	お誕生日会 南瓜煮	南瓜	★ワザギプレート				みかんケーキ 牛乳	みかん ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳 スキムミルク ホイップ 牛乳
				さつま芋ごはん		米・料理酒・塩・さつま芋	グリーンピース・人参		
				鶏肉の唐揚げ	鶏肉	しょうゆ・片栗粉・油	ブロッコリー		
				アスパラサラダ	ツナ	酢・砂糖・油・塩	アスパラ・赤ピーマン・黄ピーマン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	チンゲン菜		
				ぶどう			ぶどう		
11	水	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	焼肉風炒め	牛肉・赤味噌	しょうゆ・砂糖・料理酒・ごま油	キャベツ・たまねぎ・人参	お昼ラスク ビビビキャンディ 牛乳	ふ マーガリン きな粉 砂糖 ビビビキャン ディー チーズ 牛乳
				蒸しシュウマイ	しょうまい		ピーマン・長ネギ		
				すまし汁	かつお節・だし昆布・ゆば	しょうゆ・塩・みりん	青ねぎ		
				ごはん		米			
12	木	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	味噌ラーメン	豚肉	ラーメン・味噌・シャンタン・塩	もやし・コーン・ねぎ	おはぎ 牛乳	米 もち米 こしあん 牛乳
				ほうれん草の中巻和え		こしょう・料理酒	ほうれん草・しめじ・赤ピーマン		
				梨			梨		
				ごはん		米			
13	金	オレンジ	オレンジ	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉	マーマレード・しょうゆ		もちもち チーズパン 牛乳	白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油 牛乳
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				炊き合わせ	がんも	しょうゆ・みりん・砂糖	大根・いんげん		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	わかめ	花巻		
14	土	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	中華丼	豚肉	米・油・シャンタン・しょうゆ	白菜・赤ピーマン	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳
				ごぼりナムル		片栗粉・料理酒	たけのこ・絹さや・おろししょうが		
				中華スープ		しょうゆ・砂糖・ごま油・ごま	もやし・ぎゅうり・人参		
				ごはん		シャンタン・塩	小松菜		

9月の献立表 卵除去食

令和元年9月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
17	火	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	麻婆豆腐	豆腐・豚ミンチ	砂糖・しょうゆ・シャンタン	たまねぎ・干椎茸・青ねぎ	ツナトースト 牛乳	食パン コーン ツナ パセリ 牛乳
					味噌・赤みそ	片栗粉	おろし生姜		
				中華巻き	巻き	油			
				中華スープ		シャンタン・塩	チンゲン菜・人参		
18	水	ぶかしいち	さつま芋	白身魚フライ	白身魚フライ	油		フルーツ ヨーグルト お茶	ヨーグルト 砂糖 りんご お茶
				いんげんゆかり和え		ゆかり	いんげん・コーン		
				焼きビーフン	豚ミンチ	ビーフン・シャンタン・しょうゆ	ピーマン・干椎茸・たけのこ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	砂糖・油	たまねぎ		
19	木	紫いち せんべい	紫いち せんべい	肉じゃが	牛肉	じゃがいも・糸こんにゃく	たまねぎ・人参・絹さや	ぎょうざピザ 牛乳	餃子の皮 トマト コーン ケチャップ 粉チーズ 牛乳
				ブロッコリーサラダ		油・みりん・砂糖・しょうゆ	ブロッコリー・赤ピーマン		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	酢・砂糖・しょうゆ	黄ピーマン		
				ごはん		米	オクラ		
20	金	りんご	りんご	鮭のチーズ焼き	鮭・ミックステーズ		パセリ	豆腐ドーナツ 牛乳	ホットケーキ ミックス 豆腐 油 グラニュー糖 牛乳
				トマト			トマト		
				れんこんツナサラダ	ツナ	しょうゆ・砂糖・酢	れんこん・人参・枝豆		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ほうれん草		
21	土	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	野菜あんかけうどん	鶏肉・かつお節・だし昆布	うどん・しょうゆ・みりん・砂糖・片栗粉	白菜・人参・干椎茸 青ねぎ	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
				チンゲン菜のごま和え		白ごま・しょうゆ・砂糖	チンゲン菜・しめじ		
				オレンジ			オレンジ		
24	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	鶏の照り焼き	鶏肉	砂糖・しょうゆ・みりん・片栗粉		鶏ビーンズ 牛乳	ちりめんじゃこ 油 大豆水煮 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
				人参ソテー		塩・こしょう・油	人参・もやし		
				ジャーマンポテト	ウィンナー	じゃがいも・塩・こしょう・油	たまねぎ・パセリ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	油揚げ	白菜		
25	水	クラッカー	クラッカー	豚肉	豚肉・赤味噌	油・砂糖・みりん	白ねぎ・キャベツ・赤パプリカ	きな粉マカロニ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 牛乳
				高野サラダ		春雨・しょうゆ・酢・砂糖・ごま油	きゅうり・きくらげ・人参		
				中華スープ	豆腐・わかめ	シャンタン・塩	ピーマン		
				ごはん		米			
26	木	いりこ	いりこ	しめじごはん	豚ミンチ	米・こんにゃく・しょうゆ	しめじ	恐竜の卵 牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキング パウダー 牛乳
				さばの塩焼き	さば	塩			
				ほうれん草と鶏和え	刻みのり	しょうゆ・砂糖	ほうれん草・人参		
				高野豆腐の黒物	高野豆腐	砂糖・しょうゆ・料理酒・みりん	干し椎茸・絹さや		
27	金	玄米ほんせん	玄米ほんせん	味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		ちんげん菜	ようかん 牛乳	こしあん 蓬矢 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
				肉団子あんかけ	豚ミンチ	砂糖・塩・油・しょうゆ	ニラ・たまねぎ・生姜		
				胡瓜のさっぱり和え		酢・砂糖・ごま油	きくらげ・人参・きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	さつま芋	ねぎ		
28	土	紫いち せんべい	紫いち せんべい	チキンライス	鶏肉	米・ケチャップ・塩・コンソメ	玉ねぎ・ピーマン	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
						油			
				白菜サラダ	ツナ	酢・油・塩・こしょう	白菜・人参		
				コンソメスープ	わかめ	コンソメ・塩	コーン		
30	月	オレンジ	オレンジ	豚肉の生葉焼き	豚肉	しょうゆ・みりん・砂糖・油	キャベツ・玉ねぎ・もやし・人参 生姜	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
				マカロニサラダ		マカロニ・塩・こしょう	きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		大根・青ねぎ		
				ごはん		米			

9月の献立表 除去食
*おやつは各クラスで対応します

令和元年9月
四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
2	月	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒	おろし生薑	チヂミ 牛乳	米粉 人参 ごま油 しょうゆ 糖 牛乳
				スナックえんどう		片栗粉・油	スナックえんどう		
				きゅうり酢の物	わかめ	酢・砂糖・塩・しょうゆ	きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	米粉麵	ねぎ		
				ごはん	米				
3	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	ごはん	米			クッキー 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳
				サンマの蒲焼き	さんま	片栗粉・油・みりん・料理酒			
				いんげんおかか和え	かつお節	しょうゆ・砂糖	いんげん		
				パンキンサラダ		塩・こしょう	南瓜・グリーンピース・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		なめこ・青ねぎ		
4	水	おひぎいち	じゃが芋	ハンバーグ	合ミンチ	ケチャップ・油・塩・こしょう	玉ねぎ	わらびもち お茶	片栗粉 砂糖 黒糖 お茶
				キャベツのカレー炒め		カレー粉・塩	キャベツ・コーン		
				トマト煮	豚肉	砂糖・しょうゆ	たまねぎ・人参・グリーンピース		
				コンソメスープ	わかめ	ケチャップ・ベジタブルコンソメ	トマト		
				ごはん		ベジタブルコンソメ・塩	大根		
5	木	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	カレーライス	牛肉	米・ベジタブルコンソメ・油	人参・たまねぎ	レーズン 蒸しパン 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 レーズン 牛乳
				ごぼうサラダ		じゃが芋・カレーの玉子様	ごぼう・コーン・アスパラ		
				オレンジ		しょうゆ・砂糖・ごま油	オレンジ		
6	金	紫いち せんべい	紫いち せんべい	豚肉となすのざっぱり炒め	豚肉	砂糖・しょうゆ・酢・油	なす・玉ねぎ・人参・いんげん	アップルパイ 牛乳	米粉ぎょうざの皮 りんご 砂糖 油 牛乳
				春雨の和え物		春雨・砂糖・しょうゆ・ごま油	赤パプリカ・黄パプリカ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		小松菜・えのき		
				ごはん	米				
7	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	スパゲティナポリタン	ウインナー	米粉スパゲティ・ケチャップ	たまねぎ・ピーマン	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
				コールスローサラダ		酢・砂糖・塩・油	キャベツ・胡瓜・コーン		
				コンソメスープ		ベジタブルコンソメ・塩	ちんげん菜		
9	月	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	だらのきのこあんかけ	たら	しょうゆ・みりん・料理酒・砂糖	えのき・しめじ・たまねぎ	チャーハン 牛乳	米 グリーンピース 豚ミンチ 人参 油 うまい中華スープ ごしょう 牛乳
						片栗粉	グリーンピース		
				はりはり大根サラダ	刻み昆布	酢・砂糖・しょうゆ	切干大根・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		なす・青ねぎ		
				ごはん	米				
10	火	お誕生会 南瓜煮	南瓜	★ウサギプレート				みかん 牛乳	みかん 米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 粉砂糖 牛乳
				さつまいもごはん		米・料理酒・塩・さつまいも	グリーンピース・人参		
				鶏肉の塩田揚げ	鶏肉	しょうゆ・片栗粉・油	ブロッコリー		
				アスパラサラダ	ツナ	酢・砂糖・油・塩	アスパラ・赤ピーマン・黄ピーマン		
				コンソメスープ		ベジタブルコンソメ・塩	チンゲン菜		
11	水	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	豚肉の炒め	牛肉・赤味噌	しょうゆ・砂糖・料理酒・ごま油	キャベツ・たまねぎ・人参	クッキー プチゼリー 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 プチゼリー 牛乳
				手作り蒸しシュウマイ	豚ミンチ	うまい中華スープ・米粉ぎょうざの皮	玉ねぎ		
				すまし汁	かつお節・だし昆布	しょうゆ・塩・みりん	白菜・青ねぎ		
				ごはん	米				
12	木	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	味噌米飯	豚肉	米粉麵・味噌・うまい中華スープ	もやし・コーン・ねぎ	おはぎ 牛乳	米 もち米 ごしあん 牛乳
				ほうれん草の中華和え		塩・こしょう・料理酒	ほうれん草・しめじ・赤ピーマン		
				梨			梨		
13	金	オレンジ	オレンジ	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉	マーマレード・しょうゆ		もちもち 青のりパン 牛乳	白玉粉 塩 青のり 油 牛乳
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				大根の煮物		しょうゆ・みりん・砂糖	大根・人参・いんげん		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	こんにゃく			
				ごはん	米				
14	土	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	中華丼	豚肉	米・油・うまい中華スープ・しょうゆ	白菜・赤ピーマン	かつおおにぎり	米 花カツオ しょうゆ 牛乳
				ちやしのナムル		片栗粉・料理酒	たけのこ・橘さや・おろししょうが		
				中華スープ		しょうゆ・砂糖・ごま油・ごま	もやし・きゅうり・人参		
						うまい中華スープ・塩	小松菜		

9月の献立表 除去食
*おやつは各クラスで対応します

令和元年9月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
17	火	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	麻婆大根	豚ミンチ	砂糖・しょうゆ・うまい中華スープ	たまねぎ・干椎茸・青ねぎ	黒糖ケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 黒糖 牛乳
					味噌・赤みそ	片栗粉	おろし生姜・大根		
				揚げ餃子	豚ミンチ	米粉のぎょうの皮・うまい中華スープ・油	玉ねぎ・生姜		
				中華スープ		うまい中華スープ・塩	チンゲン菜・人参		
		ごはん		米					
18	水	ふかしいち	さつま芋	白身魚の竜田揚げ	ほき	塩・こしょう・片栗粉・油		フルーツ ポンチ お茶	砂糖 パイ 漬物 りんご お茶
				いんげんゆかり和え		ゆかり	いんげん・コーン		
				焼き米粉餅	豚ミンチ	米粉類・うまい中華スープ・しょうゆ	ピーマン・干椎茸・たけのこ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	砂糖・油	たまねぎ		
		ごはん		米					
19	木	紫いも せんべい	紫いも せんべい	肉じゃが	牛肉	じゃがいも・糸こんにゃく	たまねぎ・人参・絹さや	ぎょうざピザ 牛乳	米粉餃子の皮 トマト コーン ケチャップ 牛乳
						油・みりん・砂糖・しょうゆ			
				ブロッコリーサラダ		酢・砂糖・しょうゆ	ブロッコリー・赤ピーマン		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		黄ピーマン		
		ごはん		米		オクラ			
20	金	りんご	りんご	鮭の塩焼き	鮭	塩・油		ドーナツ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 油 グラニュー糖 牛乳
				トマト			トマト		
				れんこんツナサラダ	ツナ	しょうゆ・砂糖・酢	れんこん・人参・グリーンピース		
				コンソメスープ		ベジタブルコンソメ・塩	ほうれん草		
		ごはん		米					
21	土	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	野菜あんかけ米粉餅	鶏肉・かつお節・だし昆布	米粉類・しょうゆ・みりん・砂糖・片栗粉	白菜・人参・干椎茸	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
							青ねぎ		
				チンゲン菜の和え物		しょうゆ・砂糖	チンゲン菜・しめじ		
				オレンジ			オレンジ		
24	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	鶏の照り焼き	鶏肉	砂糖・しょうゆ・みりん・片栗粉		鶏ポテト 牛乳	じゃが芋 油 青のり しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
				人参ソテー		塩・こしょう・油	人参・もやし		
				ジャーマンポテト	ウィンナー	じゃがいも・塩・こしょう・油	たまねぎ・パセリ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		白菜		
		ごはん		米					
25	水	紫いも せんべい	紫いも せんべい	回鍋肉	豚肉・赤味噌	油・砂糖・みりん	白ねぎ・キャベツ・赤パプリカ	黒糖マカロニ 牛乳	米粉マカロニ 黒糖 牛乳
				青唐サラダ		春雨・しょうゆ・酢・砂糖・ごま油	きゅうり・きくらげ・人参		
				中華スープ	わかめ	うまい中華スープ・塩			
				味噌汁	わかめ	うまい中華スープ・塩			
		ごはん		米					
26	木	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	しめじごはん	豚ミンチ	米・こんにゃく・しょうゆ	しめじ	恐竜の卵 牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキング パウダー 牛乳
				さばの塩焼き	さば	塩			
				ほうれんそう味噌和え	刻みのり	しょうゆ・砂糖	ほうれん草・人参		
				じゃが芋の黒物		砂糖・しょうゆ・料理酒・みりん	干し椎茸・絹さや		
		味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		ちんげん菜				
27	金	玄米ほんせん	玄米ほんせん	肉団子あんかけ	豚ミンチ	砂糖・塩・油・しょうゆ	ニラ・たまねぎ・生姜	ようかん 牛乳	こしあん 蜜天 杏野庵 砂糖 塩 牛乳
						片栗粉			
				胡瓜のざっぱり和え		酢・砂糖・ごま油	きくらげ・人参・きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節	さつま芋	ねぎ		
		ごはん		米					
28	土	紫いも せんべい	紫いも せんべい	チキンライス	鶏肉	米・ケチャップ・塩・ベジタブルコンソメ	玉ねぎ・ピーマン	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
						油			
				白菜サラダ	ツナ	酢・油・塩・こしょう	白菜・人参		
				コンソメスープ	わかめ	ベジタブルコンソメ・塩	コーン		
30	月	オレンジ	オレンジ	豚肉の生姜焼き	豚肉	しょうゆ・みりん・砂糖・油	キャベツ・玉ねぎ・もやし・人参	ホットケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス いちごジャム 牛乳
							生姜		
				マカロニサラダ		米粉マカロニ・塩・こしょう	きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ		
				味噌汁	だし昆布・味噌・かつお節		大根・青ねぎ		
		ごはん		米					

9月の献立表 離乳食
*卵は使用していません

令和元年9月
四天王寺夕陽丘保育園 TEL 6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	5~6カ月頃 初期		7~8カ月頃 中期		9~11カ月頃 後期		3時のおやつ	材料
				献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名	主な材料		
2	月	ソフトな ほせん	ソフトな ほせん	豆腐とじゃが芋煮	豆腐・じゃが芋・玉ねぎ	豆腐とじゃが芋煮	豆腐・じゃが芋・玉ねぎ	豆腐とじゃが芋煮	豆腐・じゃが芋・玉ねぎ	わかめ粥	わかめ
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				人参煮	人参・だし昆布	人参煮	人参・だし昆布	人参煮	人参・だし昆布		
3	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	すまし汁	だし昆布	味噌汁	わかめ・味噌・だし昆布	味噌汁	わかめ・味噌・だし昆布	蒸しパン	米粉ホットケーキ ミックス
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		
				野菜煮	玉ねぎ・人参	魚と野菜煮	ほき・玉ねぎ・人参	魚と野菜煮	ほき・玉ねぎ・人参		
4	水	粉ふき芋	じゃが芋	かぼちゃ煮	南瓜・だし昆布	かぼちゃ煮	南瓜・グリーンピース・だし昆布	かぼちゃ煮	南瓜・グリーンピース・だし昆布	野菜粥	米 玉ねぎ 人参
				すまし汁	だし昆布	味噌汁	鮎・だし昆布・味噌	味噌汁	鮎・だし昆布・味噌		
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		
5	木	玄米ほんせん	玄米ほんせん	プロッコリー煮	プロッコリー・人参	鶏のプロッコリー煮	鶏ミンチ・プロッコリー・人参	鶏のプロッコリー煮	鶏ミンチ・プロッコリー・人参	パンケーキ	米粉ホットケーキ ミックス
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				キャベツ煮	キャベツ・玉ねぎ	キャベツ煮	キャベツ・玉ねぎ	キャベツ煮	キャベツ・玉ねぎ		
6	金	赤いも せんべい	赤いも せんべい	すまし汁	だし昆布	味噌汁	大根・だし昆布	すまし汁	大根・しょうゆ・だし昆布	りんごコンポート	りんご
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		
				豆味噌	豆腐・玉ねぎ・人参	豆味噌	豆腐・玉ねぎ・人参	豆味噌	豆腐・玉ねぎ・人参		
7	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	じゃが芋煮	じゃが芋・だし昆布	じゃが芋煮	じゃが芋・だし昆布	じゃが芋煮	じゃが芋・だし昆布	ひじき粥	米 ひじき
				オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ		
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		
9	月	玄米ほんせん	玄米ほんせん	やわらか煮	プロッコリー・キャベツ	ささみやわらか煮	ささ身・プロッコリー・キャベツ	ささみのカラフル煮	ささ身・赤パプリカ	人参粥	人参
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ		
				野菜煮	玉ねぎ・人参・だし昆布	野菜煮	玉ねぎ・人参・だし昆布	野菜煮	玉ねぎ・人参・だし昆布		
10	火	お誕生日会	南瓜	すまし汁	だし昆布	味噌汁	小松菜・だし昆布・味噌	味噌汁	小松菜・だし昆布・味噌	蒸しパン	米粉ホットケーキ ミックス
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		
				煮込みうどん	うどん・チンゲン菜・玉ねぎ	煮込みうどん	うどん・チンゲン菜・玉ねぎ	煮込みうどん	うどん・チンゲン菜・玉ねぎ		
11	水	ソフトな ほせん	ソフトな ほせん	キャベツ煮	キャベツ・だし昆布	キャベツ煮	キャベツ・だし昆布	キャベツ煮	キャベツ・だし昆布	マカロニ煮	マカロニ 玉ねぎ
				ほきのつぶし煮	ほき・だし昆布	ほきのつぶし煮	ほき・だし昆布	ほきのつぶし煮	ほき・だし昆布		
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		
12	木	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豆腐とキャベツ煮	豆腐・キャベツ・人参	豆腐とキャベツ煮	豆腐・キャベツ・人参	豆腐とキャベツ煮	豆腐・キャベツ・人参	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				さつま芋煮	さつま芋・だし昆布	さつま芋煮	さつま芋・だし昆布	さつま芋煮	さつま芋・だし昆布		
13	金	オレンジ	オレンジ	すまし汁	だし昆布	味噌汁	わかめ・だし昆布・味噌	味噌汁	わかめ・だし昆布・味噌	粉ふき芋	じゃが芋
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		
				煮込みうどん	うどん・人参	味噌煮込みうどん	鶏ミンチ・うどん・人参	味噌煮込みうどん	鶏ミンチ・うどん・人参		
14	土	玄米ほんせん	玄米ほんせん	ほうれん草煮	ほうれん草・だし昆布	ほうれん草煮	ほうれん草・だし昆布	ほうれん草煮	ほうれん草・赤パプリカ	わかめ粥	わかめ
				梨	梨	梨	梨	梨	梨		
				お粥	米	お粥	米	軟飯	米		

*おやつは後期からの提供になります。

9月の献立表 離乳食
*卵は使用していません

令和元年9月
四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	5~6カ月頃 初期		7~8カ月頃 中期		9~11カ月頃 後期		3時のおやつ	材料
				献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名	主な材料		
17	火	ソフトな せんべい	ソフトな せんべい	大根煮	大根・人参	鶏と大根煮	鶏ミンチ・大根・人参	鶏と大根煮	鶏ミンチ・大根・人参	紙シパン	米粉ホットケーキ ミックス
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布		
				ほうれん草煮	ほうれん草・玉ねぎ	ほうれん草煮	ほうれん草・玉ねぎ	ほうれん草煮	ほうれん草・玉ねぎ		
				すまし汁	だし昆布	すまし汁	チンゲン菜・だし昆布	すまし汁	チンゲン菜・しょうゆ・だし昆布		
18	水	ゆかひいち	さつま芋	南瓜煮	南瓜・ブロッコリー	魚と南瓜煮	たら・南瓜・ブロッコリー	魚と南瓜煮	たら・南瓜・いんげん	りんごコンポート	りんご
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				白菜煮	白菜・人参・だし昆布	白菜煮	白菜・人参・だし昆布	白菜煮	白菜・人参・だし昆布		
				すまし汁	だし昆布	味噌汁	玉ねぎ・味噌・だし昆布	味噌汁	玉ねぎ・味噌・だし昆布		
19	水	黒いち せんべい	黒いち せんべい	豆腐とブロッコリー煮	豆腐・ブロッコリー・玉ねぎ	豆腐とブロッコリー煮	豆腐・ブロッコリー・玉ねぎ	豆腐とブロッコリー煮	豆腐・ブロッコリー・玉ねぎ	ひじき粥	米 ひじき
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				じゃが芋煮	じゃが芋・人参・だし昆布	じゃが芋煮	じゃが芋・人参・だし昆布	じゃが芋煮	じゃが芋・人参・だし昆布		
				すまし汁	だし昆布	味噌汁	カリフラワー・味噌・だし昆布	味噌汁	オクラ・味噌・だし昆布		
20	金	りんご	りんご	トマト煮	トマト・玉ねぎ・人参	ほきのトマト煮	ほき・トマト・玉ねぎ・人参	ほきのトマト煮	ほき・トマト・玉ねぎ・人参	パンケーキ	米粉ホットケーキ ミックス
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				キャベツ煮	キャベツ・だし昆布	キャベツ煮	キャベツ・カリフラワー	キャベツ煮	キャベツ・カリフラワー		
				すまし汁	だし昆布	すまし汁	ほうれん草・だし昆布	すまし汁	ほうれん草・しょうゆ		
21	土	ソフトな せんべい	ソフトな せんべい	煮込みうどん	うどん・白菜・人参	煮込みうどん	鶏ミンチ・うどん・白菜・人参	煮込みうどん	鶏ミンチ・うどん・白菜・人参	野菜粥	米 人参 玉ねぎ
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				チンゲン菜煮	チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布	チンゲン菜煮	チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布	チンゲン菜煮	チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布		
				オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ		
24	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豆腐煮	豆腐・玉ねぎ・人参	豆腐煮	豆腐・玉ねぎ・人参	豆腐煮	豆腐・玉ねぎ・人参	粉ふき芋	じゃが芋
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				じゃが芋煮	じゃが芋・玉ねぎ	じゃが芋煮	じゃが芋・玉ねぎ	じゃが芋煮	じゃが芋・玉ねぎ		
				すまし汁	だし昆布	味噌汁	白菜・味噌・だし昆布	味噌汁	白菜・味噌・だし昆布		
25	水	黒いち せんべい	黒いち せんべい	キャベツ煮	キャベツ・人参	鶏とキャベツ煮	鶏ミンチ・キャベツ・人参	鶏とキャベツ煮	鶏ミンチ・キャベツ	マカロニ煮	マカロニ 豆腐
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布		
				ブロッコリー煮	ブロッコリー・玉ねぎ	ブロッコリー煮	ブロッコリー・玉ねぎ	ブロッコリー煮	ブロッコリー・玉ねぎ		
				すまし汁	だし昆布	すまし汁	わかめ・だし昆布	すまし汁	わかめ・しょうゆ・だし昆布		
28	木	ソフトな せんべい	ソフトな せんべい	じゃが芋煮	じゃが芋・人参	たらとじゃが芋煮	たら・じゃが芋・人参	たらとじゃが芋煮	たら・じゃが芋・人参	キャベツ粥	米 キャベツ
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				ほうれん草煮	ほうれん草・玉ねぎ	ほうれん草煮	ほうれん草・玉ねぎ	ほうれん草煮	ほうれん草・玉ねぎ		
				すまし汁	だし昆布	味噌汁	チンゲン菜・味噌・だし昆布	味噌汁	チンゲン菜・味噌・だし昆布		
27	金	玄米ぼんぜん	玄米ぼんぜん	豆腐煮	豆腐・人参・玉ねぎ	豆腐煮	豆腐・人参・玉ねぎ	豆腐煮	豆腐・人参・玉ねぎ	りんご	りんご
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				大根煮	大根・小松菜・だし昆布	大根煮	大根・小松菜・だし昆布	大根煮	大根・小松菜・だし昆布		
				オレンジ	オレンジ	味噌汁	さつま芋・味噌・だし昆布	味噌汁	さつま芋・味噌・だし昆布		
28	土	黒いち せんべい	黒いち せんべい	野菜煮	玉ねぎ・ブロッコリー	鶏と野菜煮	鶏ミンチ・玉ねぎ・ブロッコリー	鶏と野菜煮	鶏ミンチ・玉ねぎ	人参粥	米 人参
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布		
				白菜煮	白菜・人参・だし昆布	白菜煮	白菜・人参・だし昆布	白菜煮	白菜・人参・だし昆布		
				すまし汁	だし昆布	すまし汁	わかめ・だし昆布	すまし汁	わかめ・しょうゆ・だし昆布		
30	月	オレンジ	オレンジ	キャベツ煮	キャベツ・人参	魚とキャベツ煮	ほき・キャベツ・人参	魚とキャベツ煮	ほき・キャベツ・人参	紙シパン	米粉ホットケーキ ミックス
				だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	だし昆布	しょうゆ・だし昆布		
				ほうれん草煮	ほうれん草・だし昆布	ほうれん草煮	ほうれん草・だし昆布	カラフル煮	卵ピーマン・黄パプリカ		
				すまし汁	だし昆布	味噌汁	大根・だし昆布・味噌	味噌汁	大根・だし昆布・味噌		

* おやつは後期からの提供になります。