2021年9月

予 定 献 立 表

あい音保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
1 (水) 15 (水)	御飯 みそ汁(キャベツ) さけの塩焼き かぼちゃのそぼろあんかけ	プルーン(乾)／牛乳／米／キャベツ、にんじん、油揚げ、カットわかめ かつおだし汁、米みそ／さけ、食塩／かぼちゃ、鶏ひき肉、油、しょうゆ みりん、水、片栗粉／ホットケーキ粉、牛乳、砂糖、無塩バター、チーズ ほうれんそう／牛乳	プルーン 牛乳 カップチーズケーキ 牛乳
2 (木) 16 (木)	御飯 豆腐スープ(ねぎ) シュウマイ はるさめサラダ	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／木綿豆腐、ねぎ、水、中華だしの素 しょうゆ、食塩／豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、砂糖、酒、しょうゆ、食塩 片栗粉、ごま油、しゅうまいの皮／はるさめ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ 砂糖、ごま油／クラッカー、クリームチーズ、ツナ水煮缶／牛乳	ヨーグルト お茶 クッラカーサンド(ツナチーズ) 牛乳
3 (金) 17 (金)	御飯 みそ汁(切干し・玉ねぎ) 厚揚げのそぼろ煮 おくらのおかか和え	チーズ／麦茶(浸出液)／米／切り干しだいこん、たまねぎ、油揚げ カットわかめ、かつおだし汁、米みそ／生揚げ、豚ひき肉、えのきたけ にんじん、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、グリンピース、水、しょうゆ、砂糖 酒、片栗粉、油／オクラ、かつお節、しょうゆ／じゃがいも、バター コーン、とろけるチーズ、パセリ、食塩、こしょう／クラッカー／牛乳	チーズ お茶 じゃがいもチーズ焼き 牛乳
4 (土) 18 (土)	きつねうどん オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩／オレンジ ／クラッカー／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
6 (月) 27 (月)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) ポークみそ焼き キャベツと油揚げの炒め煮	せんべい／牛乳／米／木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩、／豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ 米みそ、本みりん／キャベツ、油揚げ、油、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ 酒／さつまいも、砂糖、豆乳、米粉／牛乳	せんべい 牛乳 もっちりスイートポテト 牛乳
7 (火)	御飯 みそ汁(あさり) 肉豆腐(ひき肉) きゅうりと人参の昆布あえ	クラッカー／牛乳／米／あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚ひき肉、焼き豆腐、ねぎ、たまねぎ、えのきたけ、しょうゆ 砂糖、みりん、しょうが／きゅうり、にんじん、塩こんぶ、食塩／バナナ 米粉、水、ベーキングパウダー、砂糖、油／牛乳	クラッカー 牛乳 バナナケーキ 牛乳
8 (水) 22 (水)	きのこカレーうどん フレンチサラダ なし	プルーン(乾)／牛乳／ゆでうどん、豚肉(ばら)、しいたけ、しめじ えのきたけ、こまつな、にんじん、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩 カレー粉、片栗粉／キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩 白こしょう／なし／米、さけ(塩)、ごま／牛乳	プルーン 牛乳 鮭おにぎり 牛乳
9 (木)	御飯 みそ汁(こまつな・なめこ) さわらのごま照り焼き 切干し大根と里芋の旨煮	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／こまつな、木綿豆腐、にんじん なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ／さわら、しょうゆ、みりん、酒、ごま ／切り干しだいこん、油揚げ、さといも、さやえんどう、油、しょうゆ、砂糖 みりん／米粉、ベーキングパウダー、油、食塩、豆乳、つぶしあん(砂糖添加) ／牛乳	ヨーグルト お茶 小豆蒸しパン 牛乳
10 (金) 24 (金)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 豚肉の生姜焼き きんぴらごぼう	チーズ／麦茶(浸出液)／米／さつまいも、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚肉(肩ロース)、しょうゆ、しょうが、酒、油／ごぼう、にんじん いんげん、ごま油、しょうゆ、砂糖、みりん、ごま/クラッカー/せんべい ／牛乳	チーズ お茶 クラッカー・せんべい 牛乳
11 (土) 25 (土)	スープスパゲティー バナナ	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ 赤ピーマン、しめじ、こまつな、にんにく、オリーブ油、水、洋風だしの素 食塩、こしょう／バナナ／クラッカー／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
13 (月) 29 (水)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 鶏肉の照り焼き 小松菜とコーンのごま和え	せんべい／牛乳／米／だいこん、油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁 米みそ／鶏もも肉(皮付き)、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん しょうが／こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま ／フライドポテト、食塩／牛乳	せんべい 牛乳 フライドポテト 牛乳
14 (火) 28 (火)	ハヤシライス・牛肉 ブロッコリーの三色サラダ オレンジ	クラッカー／牛乳／米、牛肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん マッシュルーム、油、ハヤシルウ、ケチャップ／ブロッコリー、にんじん コーン缶、食塩、酢、こしょう、油／オレンジ／マカロニ、きな粉、砂糖 食塩／牛乳	クラッカー 牛乳 マカロニきな粉 牛乳
21 (火) **十五夜**	御飯 みそ汁(あさり) 肉豆腐(ひき肉) きゅうりと人参の昆布あえ	クラッカー／牛乳／米／あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚ひき肉、焼き豆腐、ねぎ、たまねぎ、えのきたけ しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが／きゅうり、にんじん、塩こんぶ、食塩 ／さといも、上新粉、砂糖、しょうゆ、砂糖／牛乳	クラッカー 牛乳 里芋のみたらし団子 牛乳
30 (木) **誕生会**	きのこ御飯(油揚げ) 麩のすまし汁(えのき) さわらのみそ照り焼き きゅうりの酢の物(しらす)	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米、しめじ、しいたけ、にんじん 油揚げ、食塩、しょうゆ、酒、砂糖／焼ふ、えのきたけ、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩／さわら、しょうが、米みそ、砂糖、みりん 酒／きゅうり、カットわかめ、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、ごま ／チーズ、さつまいも、ホットケーキ粉、無塩バター、牛乳／牛乳	ヨーグルト お茶 さつま芋のガレット 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	451Kcal (459Kcal)	17.6g (19.5g)
3歳以上児	565Kcal (573Kcal)	21.8g (24.3g)

(　　)は、目標量です。

～行事食～

★十五夜（２９日）

<u>午後おやつ</u>

里芋のみたらし団子

★誕生会（３０日）

<u>昼食</u>

きのこ御飯

麩のすまし汁

さわらの味噌照り焼き

<u>午後おやつ</u>

さつま芋のガレット

牛乳

2021年9月　　離乳食予定献立表　　あい音保育園

日		離乳食12～18(完了食)		離乳食9～11(後期食)
1日(水) 15日(水)	午前	**プルーン** **牛乳**		
	昼食	**軟飯** **みそ汁(キャベツ)** キャベツ、にんじん、油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ **さけの塩焼き** さけ、食塩 **かぼちゃのそぼろあんかけ** かぼちゃ、鶏ひき肉、油、しょうゆ、みりん、水、片栗粉	午前食	**お粥** **みそ汁(キャベツ)** キャベツ、にんじん、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ **さけとかぼちゃの煮物** さけ、かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
	午後	**カップチーズケーキ** ホットケーキ粉、牛乳、砂糖、無塩バター、チーズ、ほうれんそう **牛乳**	午後食	**雑炊** 米、にんじん、ほうれんそう **じゃが芋のチーズ焼き** じゃがいも、たまねぎ、こまつな、鶏ひき肉、とろけるチーズ **スープ** キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩
2日(木) 16日(木)	午前	**ヨーグルト** **お茶・麦茶**		
	昼食	**軟飯** **豆腐スープ(ねぎ)** 木綿豆腐、ねぎ、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩 **シュウマイ** 豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、砂糖、酒、しょうゆ、食塩 片栗粉、ごま油、しゅうまいの皮 **はるさめサラダ** はるさめ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油	午前食	**お粥** **豆腐スープ** 木綿豆腐、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 **肉団子と野菜の煮物** 鶏ひき肉、たまねぎ、砂糖、食塩、片栗粉、きゅうり にんじん、砂糖、しょうゆ
	午後	**クラッカーサンド(ツナチーズ)** クラッカー、クリームチーズ、ツナ水煮缶 **牛乳**	午後食	**お粥** **麩と野菜の煮物** 焼ふ、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつおだし汁 **みそ汁** キャベツ、米みそ、かつおだし汁
3日(金) 17日(金)	午前	**チーズ** **お茶・麦茶**		
	昼食	**軟飯** **みそ汁(切干し・玉ねぎ)** 切り干しだいこん、たまねぎ、油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ **厚揚げのそぼろ煮** 生揚げ、豚ひき肉、えのきたけ、にんじん、たまねぎ,たけのこ(ゆで) グリンピース、しょうゆ、砂糖、酒,片栗粉、油 **おくらのおかか和え** オクラ、かつお節、しょうゆ	午前食	**お粥** **みそ汁(玉ねぎ)** だいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ **豆腐のそぼろ煮** 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、グリンピース しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	**じゃがいもチーズ焼き** じゃがいも、バター、コーン、とろけるチーズ、パセリ、,食塩、こしょう **牛乳**	午後食	**雑炊** 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ **じゃが芋の煮物** じゃがいも、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ **バナナ**
4日(土) 18日(土)	午前	**せんべい** **お茶・麦茶**		
	昼食	**きつねうどん** ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、にんじん ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 **オレンジ**	午前食	**煮込みうどん** ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、こまつな かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 **オレンジ**
	午後	**クラッカー** **せんべい** **お茶・麦茶**	午後食	**人参粥** 米、にんじん **野菜の煮物** たまねぎ、にんじん、じゃがいも、砂糖、しょうゆ
6日(月) 27日(月)	午前	**せんべい** **牛乳**		
	昼食	**軟飯** **豆腐すまし汁(わかめ)** 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 **ポークみそ焼き** 豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、米みそ、本みりん **キャベツと油揚げの炒め煮** キャベツ、油揚げ、油、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、酒	午前食	**お粥** **豆腐すまし汁(わかめ)** 木綿豆腐、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 **鶏肉とキャベツの煮物** 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、キャベツ、砂糖、しょうゆ、米みそ
	午後	**もっちりスイートポテト** さつまいも、砂糖、豆乳、米粉 **牛乳**	午後食	**お粥** **豆腐ステーキ野菜あん** 木綿豆腐、片栗粉、油、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 **さつま芋の茶巾** さつまいも
7日(火)	午前	**クラッカー** **牛乳**		
	昼食	**軟飯** **みそ汁(あさり)** あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁、米みそ **肉豆腐(ひき肉)** 豚ひき肉、焼き豆腐、ねぎ、たまねぎ、えのきたけ しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが **きゅうりと人参の昆布あえ** きゅうり、にんじん、塩こんぶ、食塩	午前食	**お粥** **みそ汁(じゃがいも)** じゃがいも、かつおだし汁、米みそ **肉豆腐(ひき肉)** 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、きゅうり、にんじん しょうゆ、砂糖
	午後	**バナナケーキ** バナナ、米粉、水、ベーキングパウダー、砂糖、油 **牛乳**	午後食	**しらす粥** 米、しらす干し **麩と野菜の味噌煮** 焼ふ、キャベツ、にんじん、米みそ、砂糖、かつおだし汁 **バナナ**
8日(水) 22日(水)	午前	**プルーン** **牛乳**		
	昼食	**きのこカレーうどん** ゆでうどん、豚肉(ばら)、しいたけ、しめじ、えのきたけ、こまつな、にんじん ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩、カレー粉、片栗粉 **フレンチサラダ** キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩、白こしょう **なし**	午前食	**煮込みうどん** ゆでうどん、鶏ささ身、こまつな、にんじん、たまねぎ かつおだし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉 **煮びたし** キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、かつおだし汁、しょうゆ **なし**
	午後	**鮭おにぎり** 米、さけ(塩)、ごま **牛乳**	午後食	**鮭かゆ** 米、さけ(塩) **スープ** だいこん、にんじん、かつおだし汁、食塩 **野菜のそぼろ煮** 鶏ひき肉、かぼちゃ、じゃがいも、砂糖、米みそ、かつおだし汁、片栗粉

2021年9月　　離乳食予定献立表　　あい音保育園

日		離乳食12～18(完了食)		離乳食9～11(後期食)
9 日 (木)	午前	ヨーグルト お茶・麦茶		
	昼食	軟飯 みそ汁(こまつな・なめこ) こまつな、木綿豆腐、にんじん、なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ さわらのごま照り焼き さわら、しょうゆ、みりん、酒、ごま 切干し大根と里芋の旨煮 切り干しだいこん、油揚げ、さといも、さやえんどう、油、しょうゆ、砂糖、みりん	午前食	お粥 みそ汁(こまつな) こまつな、木綿豆腐、にんじん、かつおだし汁、米みそ 魚と里芋の煮物 たら、さといも、にんじん、しょうゆ、砂糖
	午後	小豆蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、油、食塩、豆乳、つぶしあん(砂糖添加) 牛乳	午後食	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、食塩、かつおだし汁 スープ だいこん、にんじん、かつおだし汁、食塩 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつおだし汁
10 日 (金) 24 日 (金)	午前	チーズ お茶・麦茶		
	昼食	軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつまいも、ねぎ、かつおだし汁、米みそ 豚肉の生姜焼き 豚肉(肩ロース)、しょうゆ、しょうが、酒、油 きんぴらごぼう ごぼう、にんじん、いんげん、ごま油、しょうゆ、砂糖、みりん、ごま	午前食	お粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、かつおだし汁、米みそ 鶏肉とチンゲンサイの煮物 鶏ささみ、チンゲンサイ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	クラッカー せんべい 牛乳	午後食	煮込みうどん 干しうどん、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁、しょうゆ 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、片栗粉
11 日 (土) 25 日 (土)	午前	せんべい お茶・麦茶		
	昼食	スープスパゲティー スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ、赤ピーマン、しめじ こまつな、にんにく、オリーブ油、、洋風だしの素、食塩、こしょう バナナ	午前食	スープスパゲティー スパゲティ、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、こまつな かつおだし汁、食塩 バナナ
	午後	クラッカー せんべい お茶・麦茶	午後食	人参粥 米、にんじん じゃが芋の煮物 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ お茶・麦茶
13 日 (月) 29 日 (水)	午前	せんべい 牛乳		
	昼食	軟飯 みそ汁(だいこん・あげ) だいこん、油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉(皮付き)、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが 小松菜とコーンのごま和え こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま	午前食	お粥 みそ汁(だいこん) だいこん、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ 鶏肉と小松菜の煮物 鶏もも肉(皮付き)、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖
	午後	フライドポテト フライドポテト、食塩 牛乳	午後食	お粥 すまし汁 こまつな、たまねぎ、かつおだし汁、しょうゆ 魚と野菜の味噌煮 ツナ水煮缶、にんじん、キャベツ、砂糖、米みそ、かつおだし汁
14 日 (火) 28 日 (火)	午前	クラッカー 牛乳		
	昼食	ハヤシライス・牛肉 米、牛肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、マッシュルーム、油、ハヤシルウ、ケチャップ ブロッコリーの三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、食塩、酢、こしょう、油 オレンジ	午前食	お粥 ポトフ 鶏ささ身、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ケチャップ、食塩 ブロッコリーサラダ ブロッコリー、にんじん、食塩 オレンジ
	午後	マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	午後食	しらす粥 米、しらす干し マカロニスープ マカロニ、たまねぎ、にんじん、食塩、かつおだし汁 鶏肉と野菜の煮物 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、砂糖、米みそ、かつおだし汁、片栗粉
21 日 (火) 十 五 夜	午前	クラッカー 牛乳		
	昼食	軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 豚ひき肉、焼き豆腐、ねぎ、たまねぎ、えのきたけ、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが きゅうりと人参の昆布あえ きゅうり、にんじん、塩こんぶ、食塩	午前食	お粥 みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、かつおだし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖
	午後	さと芋のみたらし団子 さといも、上新粉、砂糖、しょうゆ、砂糖 牛乳	午後食	お粥 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩 さと芋と鶏肉の味噌煮 さといも、こまつな、たまねぎ、鶏ささ身、砂糖、米みそ、かつおだし汁
30 日 (木) 誕 生 会	午前	ヨーグルト お茶・麦茶		
	昼食	きのこ御飯(油揚げ) 米、しめじ、しいたけ、にんじん、油揚げ、食塩、しょうゆ、酒、砂糖 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さわらのみそ照り焼き さわら、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、酒 きゅうりの酢の物(しらす) きゅうり、カットわかめ、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、ごま	午前食	人参粥 米、にんじん、食塩 麩のすまし汁 焼ふ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 魚の煮物 たら、にんじん、米みそ、砂糖 スティックきゅうり きゅうり
	午後	さつま芋のガレット チーズ、さつまいも、ホットケーキ粉、無塩バター、牛乳 牛乳	午後食	しらす粥 米、しらす干し 野菜のチーズ焼き とろけるチーズ、さつまいも、たまねぎ、にんじん、食塩 スープ チンゲンサイ、かつおだし汁、食塩