2023年　9月　献立表(乳幼児食)

fujimuraナーサリー

日付				献立名	材料	おやつ
1	15	金	牛乳 せんべい	ポークカレー もやしのごま酢和え 豆腐となめこのすまし汁 果物	米、豚肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、なたね油、カレー粉 ウスターソース、ケチャップ、しょうゆ、米粉 もやし、にんじん、ちくわ、さやえんどう、酢、きび砂糖、食塩、すりごま 絹ごし豆腐、なめこ、万能ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ バナナ	牛乳 ようかん こしあん、水 粉かんてん
2	16	土	牛乳 せんべい	ミートソーススパゲティ じゃがいものスープ 果物	スパゲティ、豚ひき肉、トマト、たまねぎ、なす、オリーブ油、ケチャップ ウスターソース、きび砂糖 じゃがいも、にんじん、しいたけ、かつお・昆布だし汁、食塩、オリーブ油 みかん缶	牛乳 いちごヨーグルト ヨーグルト、いちごジャム
4		月	牛乳 せんべい	三色そぼろ丼 しらすとブロッコリーのおかか和え 豆腐のみそ汁 果物	米、鶏ひき肉、なたね油、しょうゆ、酒、きび砂糖、コーン ほうれん草、ごま油、食塩 しらす、ブロッコリー、にんじん、かつお節、しょうゆ 絹ごし豆腐、だいこん、たまねぎ、わかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ りんご	牛乳 スイートポテト さつまいも、レーズン バター、牛乳、きび砂糖
5	19	火	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 たらの煮つけ きんぴらごぼう 切り干し大根のみそ汁	七分つき米 たら、しょうが、しょうゆ、本みりん、酒、水 ごぼう、れんこん、にんじん、ごま油、しょうゆ、きび砂糖、ごま 切り干し大根、絹ごし豆腐、油揚げ、万能ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 りんごゼリー りんごジュース、水、きび砂糖、粉かんてん
6	20	水	牛乳 せんべい	ソース焼きそば トマトとひよこ豆とツナのサラダ ワカメスープ 果物	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、油、酒、ウスターソース トマト、きゅうり、ひよこまめ、ツナ、オリーブ油、しょうゆ、酢 鶏肉、わかめ、しいたけ、チンゲンサイ、かつおだし汁、醤油、食塩、ごま油 オレンジ	牛乳 黒糖蒸しパン 小麦粉、牛乳、黒砂糖 ベーキングパウダー
7	21	木	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 鶏の磯辺焼き ナムル 大根と油揚げのみそ汁	七分つき米 鶏もも肉、しょうゆ、本みりん、片栗粉、あおのり、なたね油 ほうれんそう、にんじん、もやし、ごま油、しょうゆ、食塩 だいこん、なす、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 じゃことワカメのおにぎり 米、ちりめんじゃこ わかめ、ごま
8	22	金	牛乳 せんべい	ご飯 鮭の西京焼き きゅうりの塩昆布和え チンゲンサイのすまし汁	七分つき米 さけ、米みそ、酒、本みりん きゅうり、にんじん、こまつな、塩こんぶ、ごま油 鶏もも肉、チンゲンサイ、玉ねぎ、もやし、かつおだし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 ピザトースト 食パン、チーズ、たまねぎ ピーマン、ケチャップ、ハム
9	30	土	牛乳 せんべい	ピラフ コールスロー 肉団子のスープ	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、ピーマン、しょうゆ、食塩、バター キャベツ、にんじん、コーン、マヨドレ、酢、きび砂糖 鶏ひき肉、しょうが、片栗粉、キャベツ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩	牛乳 ココアプリン 牛乳、ココア、きび砂糖 粉かんてん
11	25	月	牛乳 せんべい	肉みそ納豆丼 ささみときゅうりの胡麻和え きのこのすまし汁 果物	米、豚ひき肉、納豆、たまねぎ、にんじん、えのき、ピーマン なたね油、きび砂糖、米みそ、しょうゆ、本みりん、酒 鶏ささ身、きゅうり、もやし、すりごま、しょうゆ、きび砂糖、ごま油 しいたけ、しめじ、まいたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 みかん缶	牛乳 チーズサブレ 小麦粉、粉チーズ きび砂糖、バター、牛乳
12	26	火	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 カレイのから揚げ 冬瓜のサラダ さつまいものみそ汁	七分つき米 かれい、しょうゆ、みりん、酒、にんにく、しょうが、片栗粉 冬瓜、トマト、黄パプリカ、しそ、オリーブ油、しょうゆ、本みりん、酢、ごま さつまいも、たまねぎ、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 みかん寒天 牛乳、きび砂糖、みかん缶 粉かんてん
13	27	水	牛乳 せんべい	パン クリームシチュー さつまいもサラダ 果物	食パン 鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、しめじ、ブロッコリー オリーブ油、牛乳、食塩、しょうゆ、バター、米粉 さつまいも、きゅうり、コーン缶、マヨドレ なし	牛乳 シラス入りチヂミ しらす、豚ひき肉、にら 人参、小麦粉、片栗粉 ごま油、しょうゆ、酢
14	28	木	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 鶏肉の照り焼き キャベツのゆかり和え 小松菜のみそ汁	七分つき米 鶏もも肉、しょうゆ、本みりん、酒 キャベツ、にんじん、きゅうり、しそふりかけ こまつな、たまねぎ、さつまいも、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 五目チャーハン 米、豚ひき肉、にんじん ねぎ、コーン、ピーマン ごま油、しょうゆ、食塩
29		金	十五夜メニュー 牛乳 せんべい	うさぎさんカレー もやしのごま酢和え 豆腐となめこのすまし汁 果物	米、ハム、豚肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、なたね油 カレー粉、ウスターソース、ケチャップ、しょうゆ、米粉 もやし、にんじん、ちくわ、さやえんどう、酢、きび砂糖、食塩、すりごま 絹ごし豆腐、なめこ、万能ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ りんご	牛乳 お月見ようかん こしあん、水 粉かんてん、くりの甘露煮

平均栄養価　乳児　エネルギー　505kcal　たんぱく質　22.4g　脂質　16.8g　カルシウム　311mg　鉄　1.7g

献立は食材の都合などにより変更する場合があります。未食の食材がありましたら、当日までに喫食お願い致します。