

第一保育所 9月の献立



防災の日	日	曜日	午前おやつ		昼食献立	午後おやつ		主な食材	牛乳	kcal	塩分
			離乳	乳児		離乳	乳児				
	1	火	ハイハイ	ビスコ	中華飯、ひじき中華サラダ、わかめスープ	ベビー ダノン	ぶどう 寒天	米、豚肉、白菜、玉葱、人参、しいたけ、葱//ひじき、春雨、胡瓜、人参、コーン//豆腐、わかめ、葱	牛乳	451	1.2
	2	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	そうめん、ちくわの磯辺揚げ、フルーツ	魚 スナック	ぼたぼた 焼き	そうめん、オクラ、茄子、人参、わかめ、葱//竹輪、青のり、天ぷら粉//黄桃缶、パイン缶//ぶどうジュース、寒天	牛乳	426	2.2
	3	木	魚 せんべい	動物 ビスケット	ごはん、魚の照り焼き、ブロッコリーおかか和え、味噌汁	ひじき せんべい	ハッピー ターン	米//鯖//ブロッコリー、人参、花かつお//大根、油揚げ、わかめ	牛乳	482	1.2
	4	金	ハイハイ 野菜	ベジたべる	ごはん、カレー風味入り豆腐、三色ソテー、のっぺい汁	梨煮	梨・ おかし	米//豆腐、卵、ツナ、玉葱、人参、カレー粉//ほうれん草、もやし、コーン//大根、人参、ごぼう、干ししいたけ、なると、葱//梨	牛乳	452	1.3
	5	土	おかし	おかし	そばろごはん、カリフラワーカレーマヨ和え、味噌汁	おかし	おかし	米、鶏ミンチ、グリーンピース//カリフラワー、人参、ツナ、マヨネーズ、カレー粉//玉葱、人参、小松菜	牛乳	474	1.4
	7	月	ハイハイ	星たべよ	ごはん、チキン味噌カツ、いんげんのごま和え、吸物	バナナ	バナナ	米//チキンかつ//いんげん、人参、竹輪、ごま//麩、わかめ、葱//バナナ	牛乳	486	1.4
	8	火	ひじき せんべい	かっぱ えびせん	野菜たっぷりカレー、ミモザサラダ、フルーツヨーグルト	魚 スナック	ココナツ サブレ	米、鶏肉、玉葱、人参、南瓜、ピーマン、カレー粉//ブロッコリー、人参、卵、マヨネーズ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	532	1.4
	9	水	おこめ せんべい	白い風船	さつまいもごはん、赤魚の煮付け、ほうれん草お浸し、味噌汁	ベビー ダノン	プリン	米、さつまいも、黒ゴマ塩//赤魚//ほうれん草、もやし、人参、コーン//麩、しめじ、小松菜//プリンの素、牛乳、ケーキシロップ	牛乳	488	1.9
	10	木	魚 せんべい	とんがり コーン	ごはん、肉団子の酢豚風、春雨サラダ、スープ	野菜 スナック	ムーン ライト クッキー	米//ミートボール、玉葱、人参、ピーマン、ケチャップ//春雨、胡瓜、人参、ハム、マヨネーズ//玉葱、えのき、青梗菜	牛乳	507	1.0
	11	金	ハイハイ 野菜	ハーベスト	サラダうどん、チキンナゲット、フルーツ	ひじき せんべい	ココア 蒸しパン	うどん、キャベツ、胡瓜、トマト、ツナ、コーン//チキンナゲット、ケチャップ//パイン缶、黄桃缶//ホットケーキミックス、ココア	牛乳	462	2.3
	12	土	おかし	おかし	ごはん、鶏肉ケチャップ煮、ブロッコリーサラダ、スープ	おかし	おかし	米//鶏肉、玉葱、ケチャップ//ブロッコリー、じゃが芋、マヨネーズ//玉葱、人参、パセリ	牛乳	492	1.2
	14	月	ハイハイ	ばりんこ	わかめごはん、白身フライ、小松菜の煮浸し、春雨スープ	じゃが芋 きな粉	マカロニ きな粉	米、わかめご飯の素//白身フライ//小松菜、人参、さつま揚げ//春雨、玉葱、人参、わかめ//マカロニ、きな粉	牛乳	477	1.3
	15	火	ひじき せんべい	カニチップ	焼きそば、青のりフライドポテト、中華コンスープ	野菜 スナック	ハッピー ターン	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン//フライドポテト、青のり//クリームコーン、玉葱、卵、葱	牛乳	508	1.7
	16	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	ウインナーピラフ、ブロッコリーサラダ、スープ	ベビー ダノン	フルーチェ	米、ウインナー、玉葱、人参、グリーンピース//ブロッコリー、人参、かにかま、マヨネーズ//玉葱、人参、パセリ//フルーチェの素、牛乳	牛乳	454	1.4
	17	木	魚 せんべい	動物 ビスケット	ごはん、ふりかけ、鶏肉の唐揚げ、みかん甘酢サラダ、味噌汁	ひじき せんべい	ぼたぼた 焼き	米//ふりかけ//鶏肉//キャベツ、人参、胡瓜、みかん缶//茄子、油揚げ、葱	牛乳	521	1.4
	18	金	ハイハイ 野菜	ベジたべる	ごはん、厚揚げの肉みそかけ、ポテトサラダ、吸物	魚 スナック	アイス クリーム・ おかし	米//厚揚げ、鶏ミンチ、玉葱、人参//じゃが芋、ミックスベジタブル、マヨネーズ//豆腐、えのき、みつば	牛乳	546	1.2
	19	土	おかし	おかし	和風スパゲティ、コールスローサラダ、スープ	おかし	おかし	スパゲティ、玉葱、人参、ツナ、塩昆布、バター//キャベツ、胡瓜、コーン、マヨネーズ、レモン果汁//玉葱、人参、パセリ	牛乳	435	1.1
	24	木	魚 せんべい	とんがり コーン	炊き込みごはん、えびしゅうまい、ほうれん草お浸し、味噌汁	おこめ せんべい	ココナツ サブレ	米、鶏肉、人参、干しいたけ、油揚げ//えびしゅうまい//ほうれん草、人参//白菜、里芋、わかめ	牛乳	528	2.0
お月見会	25	金	ハイハイ 野菜	ハーベスト	パン、ミートローフ、ひじきサラダ、コーンポタージュ	ベビー ダノン	お月見 寒天	パン//豆腐ミートローフ、ケチャップ//ひじき、胡瓜、人参、竹輪、マヨネーズ//コーンポタージュの素、コーン、パセリ//ぶどうジュース、オレンジジュース、寒天	牛乳	447	1.6
	26	土	おかし	おかし	卵うどん、さつま芋のマーマレード煮、フルーツ	おかし	おかし	うどん、卵、玉葱、人参、ほうれん草//さつま芋、ジャム//パイン缶	牛乳	444	1.7
	28	月	ハイハイ	ばりんこ	ごはん、ふりかけ、野菜コロッケ、ブロッコリーと竹輪のマヨ和え、味噌汁	じゃが芋 きな粉	豆乳 きな粉餅	米//ふりかけ//野菜コロッケ//ブロッコリー、人参、竹輪、マヨネーズ//わかめ、麩、葱//豆乳、きな粉	牛乳	517	1.8
	29	火	ひじき せんべい	かっぱ えびせん	カレーライス、大根サラダ、フルーツヨーグルト	野菜 スナック	雪の宿	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//大根、胡瓜、人参、ツナ、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグル	牛乳	550	1.5
	30	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	ごはん、ふりかけ、豆腐の五目煮、塩昆布和え、味噌汁	ベビー ダノン	みかん 寒天	米//ふりかけ//豆腐、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ、葱//小松菜、もやし、人参、しらす干し、塩昆布//大根、油揚げ、葱//みかん缶、寒天	牛乳	442	1.2

☆離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願い致します。

☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。

☆マヨネーズは特定原材料7品目・カレーは28品目 未使用のものと提供しています。

☆9月1日（防災の日）の午前のおやつは、防災訓練の一環として保育所で備蓄している防災用食品を提供します。

