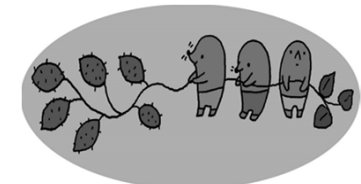


日	1・15	2・16	3・17	4・18	5・19	7	8・29								
曜日	火	水	木	金	土	月	火								
献立名	ごはん 牛肉のしぐれ煮 小松菜とちくわの和え物 ごぼうとわかめのみそ汁	ちゃんぽん麺 切干大根の中華和え 果物(バナナ)	きのこごはん サバの味噌煮 ほうれん草のお浸し 人参と椎茸のすまし汁	ごはん 鶏肉と春雨の炒め物 花野菜サラダ ★卵とえのきのスープ	ごはん 豚肉のしょうが焼き 冬瓜と厚揚げの煮物 麩とじゃが芋のみそ汁	ごはん 牛肉とさつま芋の煮物 チンゲン菜ののり和え 豆腐とわかめのみそ汁	スバゲティナポリタン かんもの煮物 果物(梨)								
材料名	白米 牛肉 玉ねぎ 人参 れんこん 天然だし(昆布・かつお) しょうが 醤油 砂糖 酒 みりん 小松菜 ちくわ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 塩 みりん ささがきごぼう わかめ 天然だし(昆布・かつお) みそ	中華麺 豚肉 キャベツ 人参 太もやし 玉ねぎ ちゃんぽんスープ ごま油 切干大根 人参 きゅうり ロースハム 酢 醤油 砂糖 塩 ごま油 白ごま バナナ	白米 しめじ 人参 舞茸 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 塩 サバ しょうが 天然だし(昆布・かつお) みそ 白ごま 醤油 砂糖 酒 みりん ほうれん草 油揚げ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 人参 椎茸 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 鶏肉 春雨 人参 玉ねぎ エリンギ 中華だし 醤油 砂糖 酒 みりん 塩 プロッコリー カリフラワー ミニトマト 酢 醤油 砂糖 塩 油 卵 えのき 中華だし 醤油 塩 みりん シャンタン	白米 豚肉 玉ねぎ 鶏ハブリカ 鶏ハブリカ しょうが 醤油 砂糖 酒 みりん 油 冬瓜 厚揚げ 人参 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 麩 じゃが芋 天然だし(昆布・かつお) みそ	白米 牛肉 さつま芋 玉ねぎ 大根 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん チンゲン菜 人参 きさみのり 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 絹ごし豆腐 わかめ 天然だし(昆布・かつお) みそ	スバゲティ ワインナー 玉ねぎ ピーマン しめじ クチャップ コンソメ 油 塩 砂糖 かんもどき 人参 クリンピース 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 梨 フォーク								
副食	チーズパンケーキ、牛乳 小麦粉 ミックスチーズ 砂糖 ベーキングパウダー 塩 油 牛乳	塩昆布おにぎり、麦茶	焼きそば、麦茶	フルーツヨーグルト、牛乳	お菓子、牛乳	手作りゼリー、牛乳	※ココアパンケーキ、牛乳								
栄養価	幼児 615kcal 蛋白18.4g 脂質17.6g 塩分1.9g	乳児 492kcal 蛋白14.7g 脂質14.1g 塩分1.5g	幼児 529kcal 蛋白17.1g 脂質12.2g 塩分2.0g	乳児 423kcal 蛋白13.7g 脂質5.8g 塩分1.6g	幼児 466kcal 蛋白14.3g 脂質10.9g 塩分2.0g	乳児 373kcal 蛋白11.8g 脂質8.7g 塩分1.6g	幼児 521kcal 蛋白18.6g 脂質14.0g 塩分1.9g	乳児 417kcal 蛋白14.9g 脂質11.2g 塩分1.5g	★えのきのスープ (卵なし)	幼児 576kcal 蛋白21.5g 脂質16.1g 塩分1.9g	乳児 461kcal 蛋白17.2g 脂質12.9g 塩分1.5g	幼児 511kcal 蛋白18.2g 脂質12.0g 塩分2.0g	乳児 409kcal 蛋白11.1g 脂質9.6g 塩分1.6g	幼児 554kcal 蛋白18.2g 脂質14.8g 塩分1.8g	乳児 443kcal 蛋白14.6g 脂質11.8g 塩分1.4g
A															
日	9	10・24	11・25	12・26	14・28	23	30								
曜日	水	木	金	土	月	水	水								
献立名	薬ご飯 サケの塩焼き ほうれん草とかまぼこの和え物 人多もやしのみそ汁 果物(マスカット)	ごはん 鶏のから揚げ プロッコリーサラダ 玉ねぎと小松菜のすまし汁	ごはん 豚肉となすの甘酢ソテー キャベツとツナのサラダ なめこごま揚げのみそ汁	にゅうめん かぼちゃのグラッセ 里芋のかにあんかけ	鶏塩丼 いんげんのごま和え 果物(オレンジ)	ごはん ハンバーグマトリソース ★チンゲン菜の錦糸和え 人参とへーコンのスープ 果物(オレンジ)	ごはん 石狩鍋風 チンゲン菜ののり和え どさんこ汁 【北海道郷土料理】								
材料名	白米 薬 天然だし(昆布・かつお) 酒 塩 サケ 酒 塩 ほうれん草 赤かまぼこ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 人参 太もやし 小松菜 天然だし(昆布・かつお) みそ マスカット	白米 鶏肉 にんにく しょうが 醤油 砂糖 酒 みりん 片栗粉 油 プロッコリー 人参 酢 醤油 砂糖 塩 油 玉ねぎ 小松菜 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 豚肉 なす 玉ねぎ 鶏ハブリカ しょうが 中華だし 酢 砂糖 酒 みりん ごま油 キャベツ ツナ 酢 醤油 砂糖 塩 油 なめこ 油揚げ 天然だし(昆布・かつお) みそ	白米 鶏肉 人参 椎茸 えのき 青ねぎ 赤ハブリカ しょうが 中華だし 酢 砂糖 酒 みりん みりん かぼちゃ 砂糖 バター 塩 里芋 人参 チンゲン菜 かにかま 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 片栗粉	白米 鶏肉 厚揚げ 玉ねぎ 人参 枝豆 天然だし(昆布・かつお) 酢 醤油 酒 みりん 醤油 いんげん 人参 天然だし(昆布・かつお) 白ごま 醤油 砂糖 みりん オレンジ	玉ねぎ 牛肉 豚肉 鶏肉 パン粉(小麦・大麦含む) 鶏卵 牛乳 砂糖 しょうが みりん しょうが にんにく ホールトマト コンソメ クチャップ 砂糖 塩 みりん チンゲン菜 人参 錦糸卵 酢 醤油 砂糖 塩 油 人参 へーコン コンソメ 醤油 塩 みりん パセリ オレンジ	白米 サケ 木綿豆腐 糸こんにゃく 椎茸 キャベツ コーン 玉ねぎ みそ 白ごま 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん スキムミルク バター チンゲン菜 人参 きさみのり 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 豚肉 油揚げ 人参 玉ねぎ 太もやし 醤油 塩 みりん								
副食	焼うどん、麦茶 うどん 人参 玉ねぎ チンゲン菜 醤油 油 本だし	みたらしまカロロニ、麦茶	手作りチヂミ、麦茶	お菓子、牛乳	手作りゼリー、牛乳	フレンチクッキー、牛乳	クリームマカロニ、麦茶								
栄養価	幼児 476kcal 蛋白16.4g 脂質7.4g 塩分2.0g	乳児 381kcal 蛋白13.1g 脂質5.9g 塩分1.6g	幼児 536kcal 蛋白18.1g 脂質16.4g 塩分1.7g	乳児 429kcal 蛋白14.5g 脂質13.1g 塩分1.4g	幼児 549kcal 蛋白19.0g 脂質18.0g 塩分1.9g	乳児 439kcal 蛋白15.7g 脂質14.4g 塩分1.5g	幼児 503kcal 蛋白15.4g 脂質9.5g 塩分1.8g	乳児 402kcal 蛋白12.3g 脂質7.6g 塩分1.4g	幼児 563kcal 蛋白19.0g 脂質13.5g 塩分1.5g	乳児 450kcal 蛋白15.2g 脂質10.9g 塩分1.2g	幼児 695kcal 蛋白19.2g 脂質24.1g 塩分2.1g	乳児 556kcal 蛋白15.4g 脂質19.3g 塩分1.7g	幼児 468kcal 蛋白19.5g 脂質10.2g 塩分2.0g	乳児 374kcal 蛋白15.6g 脂質9.2g 塩分1.6g	
A															



今月の郷土料理は、北海道です！

石狩鍋
 鮭のぶつ切りと野菜をみそ仕立てで煮込む料理で北海道の石狩地方の料理です。酒粕のほかにバターや牛乳を入れることがあり、バターや牛乳が味をまろやかにし、味の深みも出してくれます。

どさんこ汁
 どさんこは漢字で書くと「道産子」。「北海道人」や「北海道で生まれたもの」という意味があり、郷土愛にあふれる呼び名です。今回はそのどさんこ汁をすまし汁として提供します。



※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。
 ※★印はアレルギー除去食対象です。
 ※アレルギー-B.Cは別紙メニューになります。

※8日の副食は誕生日のため誕生ケーキ(生クリーム、みかん缶、白桃缶を含む)となり、栄養価は以下となります。
 幼児…600kcal、蛋白18.9g、脂質18.7g、塩分1.9g
 乳児…480kcal、蛋白15.1g、脂質15.0g、塩分1.5g