

令和6年度 9月 献立表

こま草保育園

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
02月	非常食 ・救急カレー ・フルーツ缶				非常用クラッカー
03火	ごはん 納豆(ひじき・じゃこ)  久手大根の煮物 みそ汁(まいたけ)	7分づき米、油、三温糖、白いりごま	厚揚げ、飛騨納豆、豚肉、みそ、しらす干し、油揚げ	久手だいこん、こまつな、たまねぎ、にんじん、まいたけ、国産米ひじき、カットわかめ	ももゼリー
<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> コドモン動画配信メニュー </div>					
04水	みそラーメン シュウマイ 果物(梨)	中華麺、7分づき米、油	無添加国産ポークシュウマイ、豚肉、みそ	梨、もやし、キャベツ、コーン、ねぎ、にんじん、にんにく、しょうが	鮭おにぎり 
05木	いわしの蒲焼丼 切干大根の煮付け とうがん汁	7分づき米、片栗粉、油、三温糖、なたね油	イワシ開き、鶏肉、だいず水煮、油揚げ	とうがん、にんじん、国産切干だいこん、ねぎ、国産干しいたけ、しょうが、とうもろこし	奥飛騨コーン
06金	ごはん(有機米) 白身魚のマヨネーズ焼き ささげの煮しめ 豆腐みそ汁(わかめ)	7分づき米、日清マヨドレ、三温糖	ほき、木綿豆腐、みそ	にんじん、ささげ、ねぎ、しめじ、カットわかめ	フルーチェ
<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> 有機米の日 </div>					
09月	ごはん 納豆 豚肉と玉ねぎの炒め物 みそ汁(豆腐)	7分づき米、なたね油、三温糖	牛乳、豚肉、飛騨納豆、木綿豆腐、みそ	たまねぎ、こまつな、にんじん、しめじ、万能ねぎ、カットわかめ	手作り米ほんぱー牛乳
10火	梅干しごはん さかなの唐揚げ ひじきの煮つけ みそ汁(切干大根)	7分づき米、片栗粉、三温糖、なたね油	牛乳、ほき、油揚げ、みそ、だいず水煮	国産長ひじき、ねぎ、にんじん、こまつな、国産切干だいこん、しょうが、梅、カットわかめ	お菓子牛乳
11水	ターメリックライス ドライカレー ロココリーとりんごのサラダ コンソメスープ	7分づき米、さつまいも、三温糖、油、なたね油	牛乳、あいびき肉	たまねぎ、ブロッコリー、カットトマト缶、りんご、にんじん、ピーマン、コーン、トマトピューレ、干しぶどう	サンドクラッカー牛乳
12木	雑穀ごはん 鮭の塩焼き 小松菜の納豆和え みそ汁(きゃべつ)	7分づき米、雑穀米	銀さけ、木綿豆腐、飛騨納豆、みそ	こまつな、キャベツ、ねぎ、にんじん カットわかめ	おしゃぶり昆布 未：フルーツラムネ
13金	食パン(苺ジャム) えびマヨ にんじんサラダ 野菜スープ	食パン、さつまいも、マヨドレ、油、三温糖	えび、ツナ油漬け	にんじん、はくさい、きゅうり、いちごジャム、ブロッコリー、こまつな、レモン果汁、カットわかめ	畑のスナック カレー味 ショア
17火	ごはん 鶏の照り焼き 小松菜とカリカリじゃこのお浸し お月見汁(美女もち)	7分づき米、美女もち、さといも、三温糖、白いりごま、ごま油	鶏肉、しらす干し、油揚げ	こまつな、にんじん、だいこん、ねぎ、国産干しいたけ	お月見大福 未：十五夜ゼリー
<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> 十五夜メニュー </div>					
18水	味ごはん 揚げ出し豆腐 みそ汁	7分づき米、じゃがいも	ツナ油揚げ 揚げ出し豆腐、牛乳	人参 	いちごスティック牛乳