



9月 ぽっぽ保育園給食献立予定表



| | | お昼ごはん | 夕ごはん |
|-----|---|---|--|
| 1日 | 木 | 中華丼、かまぼことワカメのゴマ酢和え、白身魚のフライ、玉子スープ | 豚バラとじゃが芋のカレー風味炒め、揚げ出し豆腐、ウインナーソテー、味噌汁、ご飯 |
| 2日 | 金 | ささ身のゴマまぶし揚げ、大根のそぼろあん、春雨サラダ、味噌汁、ご飯 | ちゃんぽん焼き、蒸しシュウマイ、コーンサラダ、味噌汁、ご飯 |
| 3日 | 土 | ビーフシチュー、目玉焼き、ピーマンのウスター炒め、スパゲッティサラダ、ご飯 | 牛肉としらたきの煮物、ちくわの天ぷら、もやしとキュウリのサラダ、山菜炊き込みご飯、味噌汁 |
| 4日 | 日 | ミックスサンド、チキンナゲット、グリーンサラダ、かぼちゃのポタージュ、オレンジジュース | 三食そぼろ丼、鶏天、キュウリの浅漬け、とろろ昆布のお吸い物 |
| 5日 | 月 | かつ丼、白菜のおかかマヨ和え、ミニうどん | ピーマンの肉詰め、スパニッシュオムレツ、マカロニサラダ、味噌汁、ご飯 |
| 6日 | 火 | 揚げギョーザ、ミニ中華そば、ブロッコリーのカニカマあんかけ、ご飯 | 鮭ときのこのホイル焼き、五目炒り豆腐、きんぴらごぼう、味噌汁、ご飯 |
| 7日 | 水 | ミートポテトグラタン、フィレオフィッシュ、シーザーサラダ、ロールパン、牛乳 | 白菜と挽き肉の中華炒め、カニカマフライ、五目焼きビーフン、味噌汁、ご飯 |
| 8日 | 木 | 牛肉とセロリのオイスター炒め、野菜コロッケ、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯 | チキンクリームシチュー、ハムカツ、ゆで卵サラダ、ご飯 |
| 9日 | 金 | 焼肉丼、ナスの天ぷら、玉子豆腐、もやしとニラの中華スープ | ハンバーグピラフ、たらこスパゲッティ、ささ身とキュウリのサラダ、コンソメスープ |
| 10日 | 土 | 海老フライタルタルソース、ミートボール、ツナサラダ、味噌汁、ご飯 | 若鶏の竜田揚げ、じゃが芋の煮っころがし、ちくわとひじきの白和え、味噌汁、ご飯 |
| 11日 | 日 | 豚肉と玉ねぎのタレ焼き、かぼちゃの天ぷら、ワカメとカニカマの酢の物、味噌汁、ご飯 | マーボー豆腐、ししゃもフライ、中華春雨サラダ、味噌汁、ご飯 |
| 12日 | 月 | ホットドッグ、フライドポテト、トマトとチーズのオムレツ、アップルジュース | ロースとんかつ、ねぎ入り玉子焼き、かぼちゃの甘煮、キャベツと人参のサラダ、味噌汁、ご飯 |
| 13日 | 火 | 八宝菜、揚げシュウマイ、春雨サラダ、味噌汁、ご飯 | 豚しょうが焼き、アスパラとベーコンのバター炒め、ポテトサラダ、味噌汁、ご飯 |
| 14日 | 水 | チキンカツカレー、ブロッコリーとベーコンのホットサラダ、福神漬け | ロールキャベツ、ツナとほうれん草のオムレツ、イタリアンスパゲッティ、オニオンスープ、ご飯 |
| 15日 | 木 | オムそば飯、オニオンフライ、ポテトサラダ、ワカメスープ | 肉じゃが、中華春巻き、大根サラダ、味噌汁、ご飯 |
| 16日 | 金 | 煮込みハンバーグ、パンネのホワイトソース和え、ほうれん草とハムのマヨ焼き、コンソメスープ、ご飯 | 豚肉と根菜のポトフ風、はんぺんのチーズ焼き、コーンサラダ、チキンライス |
| 17日 | 土 | チンジャオロース、ちくわと高野豆腐の玉子とじ、たたきキュウリの和風ドレッシング、味噌汁、ご飯 | 鶏肉と野菜のトマト煮、シーフードマリネ、ゆで玉子のマヨ和え、コンソメスープ、ご飯 |
| 18日 | 日 | ささ身カツ、豚ニラチャーハン、レタスサラダ、味噌汁 | 白身魚のフライ、カレー焼きビーフン、豚肉とこんにゃくの炒り煮、味噌汁、ご飯 |
| 19日 | 月 | 五目ちらし寿し、小エビのかき揚げ、茶碗蒸し、すまし汁 | 五目ぶっかけそうめん、鶏ごぼうご飯 |
| 20日 | 火 | チキン南蛮、厚揚げと大根の煮物、ひじきサラダ、味噌汁、ご飯 | 海老天のマヨソース、白菜とツナの玉子とじ、人参とえのきの甘酢和え、味噌汁、ご飯 |
| 21日 | 水 | 味付け豚の天ぷら、五目ビーフン、コーンとさつま芋の混ぜご飯、味噌汁 | 和風豆腐ハンバーグ、キャベツと桜えびのお焼き、バターコーン、味噌汁、ご飯 |
| 22日 | 木 | サバの塩焼き、鶏じゃが、しめじとあげの炊き込みご飯、味噌汁 | マーボー春雨、メンチカツレツ、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯 |
| 23日 | 金 | ハヤシライス、ウインナーとコーンのバター炒め、マカロニサラダ | 焼き餃子、焼きそば、春雨サラダ、野菜スープ、ご飯 |
| 24日 | 土 | チンゲン菜と豚バラの中華炒め、ニラ玉あんかけ、五目ひじき煮、味噌汁、ご飯 | 肉団子の甘酢あん、厚揚げともやしの中華炒め、五目炒り豆腐、味噌汁、ご飯 |
| 25日 | 日 | ミートソーススパゲッティ、さつま芋のサラダ、ロールパン、コンソメスープ | 豚肉とキャベツの味噌焼き、切干し大根煮、ツナサラダ、味噌汁、ご飯 |
| 26日 | 月 | 酢豚、五目炒り玉子、アスパラサラダ、味噌汁、ご飯 | ドライカレー、クリームコロッケ、シーフードサラダ、コンソメスープ |
| 27日 | 火 | 牛肉と揚げかぼちゃのオイスター炒め、塩焼きうどん、キュウリとワカメの酢の物、味噌汁、ご飯 | 海老のチリソース、焼きシュウマイ、キャベツと玉ねぎのウスター炒め、味噌汁、ご飯 |
| 28日 | 水 | サーモンの竜田揚げ、ポテトの明太マヨ和え、焼き豆腐とちくわの煮物、味噌汁、ご飯 | 豚肉と野菜の生姜焼き、納豆オムレツ、揚げナスの煮浸し、味噌汁、ご飯 |
| 29日 | 木 | 親子丼、さつま芋の天ぷら、大豆と昆布の煮物、味噌汁 | オムライス、海老マカロニグラタン、ジャーマンポテト、野菜スープ |
| 30日 | 金 | 鶏の唐揚げ、たらこスパゲッティ、イタリアンサラダ、コンソメスープ、ご飯 | 筑前煮、ししゃもの唐揚げ、白菜のこんにゃく漬け、紅鮭とワカメの混ぜご飯、味噌汁 |