



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	金	ビーフストロガノフ、目玉焼き、ピーマンのウスター炒め、揚げなすのイタリアンサラダ、ご飯	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	土	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、ひじきご飯	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	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
4日	月	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	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
5日	火	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	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	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	木	白身のアクアパアッ、カルパッチョ、野菜のミルクスープ、チーズリゾット、	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	金	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	土	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	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	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
11日	月	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
12日	火	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	水	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	木	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	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
15日	金	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	土	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	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
17日	日	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	五目ぶっかけそうめん、鶏ごぼうご飯
18日	月	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	火	五目ちらし寿し、小エビのかき揚げ、茶碗蒸し、すまし汁	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
20日	水	チキン南蛮、厚揚げと大根の旨煮、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	木	味付け豚の天ぷら、切り干し大根、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	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	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	土	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	焼き餃子、焼きそば、春雨サラダ、野菜スープ、ご飯
24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	肉団子の甘酢あん、厚揚げともやし中華炒め、五目炒り豆腐、味噌汁、ご飯
25日	月	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	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	火	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	水	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	木	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	豚肉と野菜の生妻焼き、納豆オムレツ、揚げナスの煮浸し、味噌汁、ご飯
29日	金	鶏の唐揚げ、ナスとひき肉パロネーゼ、イタリアンサラダ、コンソメスープ、トマトリゾット	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	土	親子丼、さつま芋の天ぷら、大豆と昆布の煮物、味噌汁	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