



# 9月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	金	ささ身のフライ、大根のそぼろあん、かまぼこと水菜のマヨしょうゆ和え、味噌汁、ご飯	ちゃんぽん焼き、はんぺんチーズフライ、いんげんの胡麻和え、味噌汁、ご飯
2	土	メンチカツ、ウィンナーとコーンのピラフ、ツナサラダ、クリームシチュー	豚バラとじゃがいものカレー炒め、スクランブルエッグ、ブロッコリーのホットサラダ、味噌汁、ご飯
3	日	ポークチャップ、パスタサラダ、コーンエッグ 味噌汁、ご飯	三色そぼろ丼、照り焼きミートボール、キュウリの浅漬け、味噌汁
4	月	白身魚のフライ、じゃがいもの甘辛いため きゅうりとワカメのゴマ酢和え、味噌汁、ご飯	牛肉と白ネギの煮物、ちくわの天ぷら、もやしとキュウリのお浸し、味噌汁、ご飯
5	火	かつ丼、白菜のおかかマヨ和え、ミニうどん、バナナ	ミートコロック、スパニッシュオムレツ、マカロニサラダ、味噌汁、ご飯
6	水	ギョーザ、五目チャーハン、ブロッコリーのカニカマあんかけ、わかめスープ	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	木	オムライス、エビフライ、フレンチサラダ、ポトフ風スープ	鶏ムネ肉の天ぷら、白菜と挽肉の中華炒め、茶わん蒸し、味噌汁、ご飯
8	金	焼肉、かぼちゃの天ぷら、冷奴、もやしとニラの卵中華スープ、ご飯	トンテキ、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
9	土	ミックスサンド、皮付きポテト、グリーンサラダ、牛乳、オレンジ	ビーフシチュー、ハムソテー、ブロッコリーとゆで卵のサラダ、バターライス
10	日	酢豚、ふかしさつま芋、五目中華炒り卵、味噌汁、ご飯	シーフードピラフ、ミニグラタン、ささ身とキュウリのサラダ、コンソメスープ
11	月	煮込みハンバーグ、チーズオムレツ、シーザーサラダ、味噌汁、ご飯	若鶏の竜田揚げ、じゃが芋の煮っころがし、いんげんとひじきの煮物、味噌汁、ご飯
12	火	フィレオフィッシュ、ペンのミートソース ほうれん草とベーコンのキッシュ、味噌汁、ご飯	エビカツ、ねぎ入り玉子焼き、キャベツと人参のサラダ、味噌汁、ご飯
13	水	ポークカレー、ブロッコリーとアスパラのホットサラダ 福神漬け、パインアップル、コンソメスープ	照り焼きチキン、おぼろ豆腐、野菜炒め、味噌汁、ご飯
14	木	揚げシューマイ、中華春雨サラダ、かに玉 味噌汁、ご飯	五目ぶっかけそうめん、つくね団子、鶏ごぼうご飯
15	金	ホットドッグ、ハッシュドポテト、トマトとコーンのイタリアンサラダ、アップルジュース	中華春巻き、豚じゃが、大根サラダ、味噌汁、ご飯
16	土	オムそば飯、ちくわの磯部揚げ キャベツときゅうりのゆかり和え、味噌汁	ししゃものフライ、マーボー豆腐、チンゲン菜の中華玉子炒め、味噌汁、ご飯
17	日	鶏のから揚げ、しいたけと高野豆腐の玉子とし、 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、シーフードサラダ、ゆで玉子のマヨ和え、コンソメスープ、ご飯
18	月	中華肉団子、豚ニラチャーハン、 もやしときゅうりのナムル、味噌汁	アジフライ、カレー焼きビーフン、 平天とこんにゃくの炒り煮、味噌汁、ご飯
19	火	チンジャオロース、厚揚げのおろし和え、 大豆とごぼうの煮物、ワカメスープ、ご飯	五目ちらし寿し、カニカマの天ぷら 玉子豆腐、すまし汁
20	水	チキン南蛮、さつま揚げと大根の煮物、 ほうれん草の胡麻和え、味噌汁、ご飯	海老天のマヨソース、白菜とツナの玉子とし、 さつま芋の甘煮、味噌汁、ご飯
21	木	味付け豚の天ぷら、五目ビーフン、 五目炊き込みご飯、味噌汁	和風おろしハンバーグ、豆腐サラダ、 きのこのソテー、味噌汁、ご飯
22	金	ハヤシライス、ウィンナーとかぼちゃのバター炒め、 コールスローサラダ、コンソメスープ	ロースとんかつ、キャベツとピーマンのウスターソース炒め、 マカロニのカルボナーラ、キノコのスープ、ご飯
23	土	サバの塩焼き、肉じゃが、 チンゲン菜の中華炒め、味噌汁、ご飯	蒸しシューマイ、マーボー春雨、れんこんのきんぴら、 味噌汁、ご飯
24	日	ミートボールスパゲッティ、ポテ玉サラダ、 ロールパン、野菜スープ、りんご	豚肉の生姜焼き、厚揚げともやしの中華炒め、 ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯
25	月	鶏から甘酢あんかけ、ニラ玉、 五目ひじき煮、味噌汁、ご飯	牛肉とキャベツの味噌炒め、切干大根煮、 だし巻き卵、味噌汁、ご飯
26	火	豚肉と玉ねぎのタレ焼き、山芋のおかか煮 ワカメときゅうりの酢の物、味噌汁、ご飯	ドライカレー、クリームコロック、きのこのサラダ、 コンソメスープ
27	水	塩焼きうどん、海鮮かき揚げ、 チョレギサラダ、味噌汁、鮭わかめご飯	海老のチリソース、豆腐ステーキ、 キャベツと玉ねぎのウスター炒め、味噌汁、ご飯
28	木	焼きししゃも、小松菜と揚げのお浸し、 里芋とちくわの煮物、味噌汁、ご飯	回鍋肉、納豆オムレツ、 たけのこの土佐煮、味噌汁、ご飯
29	金	親子丼、さつま芋の天ぷら、 きゅうりのなめたけ和え、味噌汁	鶏めし、サニーレタスのサラダ ジャーマンポテト、味噌汁
30	土	ポークピカタ、たらこスパゲッティ、 イタリアンサラダ、味噌汁、ご飯	鮭の塩焼き、豆腐とニラのチャンプルー、 キャベツのこんにゃく漬、ご飯、味噌汁
31	日	鶏もも肉の焼き鳥、大豆と根菜の煮物、ネギ入り玉子焼き ご飯、味噌汁	かぼちゃのコロック、豚肉とれんこんの甘辛炒め 白菜と揚げの中華炒め、ご飯、味噌汁