



9月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	日	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	月	メンチカツ、ウィンナーとピーマンのピラフ、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、プレーンオムレツ、ブロッコリーのホットサラダ、味噌汁、ご飯
3	火	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	水	白身魚のフライ、揚げだし豆腐、小松菜ともやしのゴマ酢和え、味噌汁、ご飯	牛肉と白ネギの煮物、ちくわの天ぷら、じゃがいもの甘辛炒め、味噌汁、ご飯
5	木	かつ丼、白菜のおかかマヨ和え、ミニうどん、バナナ	ミートコロケ、スパニッシュオムレツ、マカロニサラダ、味噌汁、ご飯
6	金	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	土	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	日	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キッシュ、イタリアンスパゲッティ、オニオンスープ、ご飯
9	月	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	火	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	水	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	木	フィレオフィッシュ、ペンのミートソース、アスパラとベーコンの卵とじ、味噌汁、ご飯	エビカツ、ねぎ入り玉子焼き、キャベツと人参のゴマドレサラダ、味噌汁、ご飯
13	金	ポークカレー、レタスのミモザサラダ、福神漬、パイナップル、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	土	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	日	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	月	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	火	鶏のから揚げ、しいたけ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、シーフードサラダ、ゆで玉子のマヨ和え、コンソメスープ、ご飯
18	水	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	木	チンジャオロース、厚揚げのおろし和え、大豆とこぶの煮物、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	金	チキン南蛮、さつま揚げと大根の煮物、小松菜の胡麻和え、味噌汁、ご飯	海老天のマヨソース、白菜とツナの玉子とじ、さつま芋の甘煮、味噌汁、ご飯
21	土	味付け豚の天ぷら、白菜のおかか和え、五目炊き込みご飯、ナスと揚げのにゅう麺	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	日	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	月	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	火	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	水	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、切干し大根煮、だし巻き卵、味噌汁、ご飯
26	木	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、クリームコロケ、きのこのサラダ、コンソメスープ
27	金	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	土	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	日	ビーフコロケ、ネギ入り玉子焼き、大豆と根菜の煮物、味噌汁、ご飯	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
30	月	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、キャベツのこんぶ漬、ご飯、味噌汁