



9月

ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	月	ささ身のフライ、大根のそぼろあん、かまぼこときゅうり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	火	メンチカツ、ウィンナーとピーマンのピラフ、ツナサラダ、ポトフ風スープ	豚バラとじゃがいものカレー炒め、豆腐のチャンプルー、ブロッコリーのホットサラダ、味噌汁、ご飯
3	水	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	木	豚肉のみそ炒め、厚揚げのおろしがけ、もやしとわかめのゴマ酢和え、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	金	かつ丼、白菜のおかかマヨ和え、ミニうどん、バナナ	ミートコロッケ、スパニッシュオムレツ、マカロニサラダ、味噌汁、ご飯
6	土	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	日	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、チンゲン菜の中華炒め、味噌汁、ご飯
8	月	焼肉、かぼちゃの天ぷら、冷奴、もやしとニラの中華スープ、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	火	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、ブロッコリーとトマトのサラダ、ご飯
10	水	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	木	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、じゃがいもの煮つけ、いんげんとひじきの煮物、味噌汁、ご飯
12	金	ビーフコロッケ、きゅうりとトマトのサラダ、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、
13	土	ポークカレー、レタスとひじきのサラダ、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	日	揚げシューマイ、中華春雨サラダ、かに玉、味噌汁、ご飯	中華春巻き、豚じゃが、大根サラダ、味噌汁、ご飯
15	月	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	五目ぶっかけそうめん、つくね団子、鶏ごぼうご飯
16	火	オムライス、エビフライ、フレンチサラダ、たっぷり野菜のコンソメスープ	鶏むね肉の天ぷら、白菜とひき肉の中華炒め、茶わん蒸し、味噌汁、ご飯
17	水	鶏のから揚げ、しいたけと高野豆腐の煮物、たたきキュウリの和風サラダ、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	木	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	金	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	土	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し、さつま芋の甘煮、味噌汁、ご飯
21	日	味付け豚の天ぷら、白菜のおかか和え、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	月	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	火	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	水	ミートボールスパゲッティ、ポテトサラダ、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	木	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	金	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、クリームコロッケ、きのこのサラダ、コンソメスープ
27	土	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	日	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、オクラ納豆、たけのこの土佐煮、味噌汁、ご飯
29	月	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サラダ、味噌汁、ご飯	エビかつ、ネギ入り玉子焼き、キャベツと人参のゴマドレサラダ、味噌汁、ご飯
30	火	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