



# 給食献立予定表

24年9月28日  
池上わかば保育園

実りの秋がやってきました。季節の移り変わりを何で感じていますか？  
秋は自然の恵みによって実を結ぶ季節であり、おいしい旬の食べ物がたくさんあります。  
お米、さつまいも、みかん、柿、りんご、大根、白菜などおいしい季節です。  
旬の食べ物を食卓に並べ、秋を食べ物で感じてみませんか？



| 日                    | 献立名  | 材 料 名  |
|----------------------|--|--|
| 1<br>22<br>(月)       | ごはん<br>味噌おでん<br>お浸し<br>菓子                                  | 米 麦<br>鶏肉 じゃが芋 人参 大根 こんにゃく 厚揚げ 卵 だし汁 味噌 砂糖 みりん<br>白菜 小松菜 もやし 花かつお 醤油<br>野菜かりんとう  |
| 9<br>23<br>(火)       | パン<br>ハンバーグきのこソースかけ<br>野菜スープ<br>チヂミ                        | ロールパン<br>合ミンチ 玉葱 パン粉 卵 牛乳 小麦粉 えのき しめじ 生椎茸 ケチャップ<br>ウスターソース ブロッコリー<br>南瓜 ほうれん草 チキンコンソメ 塩<br>玉葱 人参 ニラ 卵 小麦粉 塩 醤油 ごま油 油             |
| 10<br>24<br>(水)      | チキンカレー<br>スパゲティサラダ<br>揚げパン                                 | 米 麦 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース カレールウ 小麦粉 油<br>スパゲティ ロースハム きゅうり ホールコーン マヨネーズ 塩<br>ホットドッグパン 油 きなこ 砂糖                                     |
| 11<br>25<br>(木)      | 肉うどん<br>五目大豆煮<br>11日 ふかし芋<br>25日 スイートポテト                   | うどん 牛肉 玉葱 ごぼう えのき ねぎ 砂糖 醤油 みりん だし汁 だし昆布<br>大豆 人参 干椎茸 こんにゃく 三度豆 砂糖 醤油 みりん 油<br>さつまいも 塩<br>さつまいも バター 砂糖 牛乳                         |
| 12<br>26<br>(金)      | ごはん<br>八宝菜<br>わかめスープ<br>菓子                                 | 米 麦<br>豚肉 白菜 人参 玉葱 竹の子 ピーマン むきえび ローリイカ 砂糖 チキンコンソメ<br>みりん でん粉 油 醤油<br>干わかめ 玉葱 ごま チキンコンソメ 醤油 ごま油<br>ホームパイ                          |
| 13<br>27<br>(土)      | チキンライス<br>みかんヨーグルト<br>菓子                                   | 米 麦 鶏肉 玉葱 人参 ピーマン 卵 ケチャップ チキンコンソメ 塩 油<br>みかん缶 ヨーグルト 砂糖<br>満月ボン   |
| 15<br>29<br>(月)      | ごはん<br>魚のから揚げ (未満児)<br>魚の梅のり天 (幼児)<br>おかか和え<br>かきたま汁<br>菓子 | 米 麦<br>メルルーサ でん粉 醤油 油<br>いわし 梅干 味付けのり 小麦粉 油<br>もやし 人参 醤油 花かつお<br>卵 カニカマ えのき ニラ 醤油 みりん だし汁<br>おさつスナック                             |
| 2<br>16<br>30<br>(火) | パン<br>クリームシチュー<br>シルバーサラダ<br>焼おにぎり                         | レーズンパン<br>鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース ホワイトルウ 牛乳 小麦粉<br>春雨 ロースハム きゅうり 卵 酢 砂糖 塩 油<br>米 醤油 みりん   |
| 3<br>17<br>31<br>(水) | 子きつね寿し<br>すまし汁<br>3.31日 手作りプリン<br>17日 菓子詰め合わせ              | 米 麦 うすあげ 人参 干椎茸 竹の子 ちりめんじゃこ 三度豆 ごま 酢 砂糖 醤油<br>みりん だし昆布<br>豆腐 ねぎ 干わかめ みりん 醤油 だし汁 だし昆布<br>卵 牛乳 砂糖 バニラエッセンス 水<br>島田のラムネ ビスコ サッポロポテト |
| 4<br>18<br>(木)       | 味噌ラーメン<br>さつまいもの甘煮<br>チーズ蒸しパン                              | 生中華麺 豚肉 もやし 人参 白菜 ねぎ なんと チキンコンソメ 味噌 みりん 油<br>さつまいも レーズン 砂糖 バター<br>ホットケーキの素 砂糖 卵 牛乳 とろけるチーズ                                       |
| 5<br>19<br>(金)       | ごはん<br>牛肉とひじきの炒め煮<br>味噌汁<br>菓子                             | 米 麦<br>牛肉 ひじき 人参 切干大根 ごぼう 系こんにゃく 平天 砂糖 醤油 みりん ごま油<br>うすあげ えのき 小松菜 麩 だし汁 味噌<br>まがりせんべい  |
| 6<br>20<br>(土)       | マーボー丼<br>桃缶<br>菓子  | 米 麦 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 ねぎ 土生姜 味噌 醤油 チキンコンソメ 砂糖<br>みりん でん粉 油<br>桃缶<br>エースコイン   |