






令和4年 9月予定献立表



日	曜日	献立名	主食	卵アレルギー	備考
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
1	木	ゆで豚のマリネ 人参シリシリ きのこ村の味噌汁 果物(りんご)	ごはん		BookdeLunch 「ほしじいだけ ほしはあだけ」
PMおやつ		♪洋風おこし 牛乳			
AMおやつ		せんべい 麦茶			
2	金	丸ごと南瓜のスコップコロッケ 納豆和え ピーマンと卵のスープ 果物(バナナ)	ごはん	卵抜き	SDGsメニュー
PMおやつ		溶けないアイス風デザート		ゼリー	
AMおやつ		クッキー 麦茶			
3	土	コロッケ 厚焼き玉子 野菜炒め バナナ	ごはん		
PMおやつ		ビスケット 麦茶			
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
5	月	和風オムレツ オクラと切り干し大根の和え物 のりの佃煮 鶏肉と豆腐とキャベツの味噌汁 果物(オレンジ)	ごはん	煮魚	のりの佃煮は、 手作りなので添 加物ゼロ!で美 味しいです。
PMおやつ		♪ヨーグルトパン 牛乳			
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
6	火	中華菜めし チャプチェ 油揚げと青梗菜の味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		チャプチェは、 韓国では昔から お祝い事に出さ れる料理として 親しまれている 料理です。
PMおやつ		♪スイートポテト 牛乳			
AMおやつ		クラッカー 麦茶			
7	水	回鍋肉 しゅうまい あっさりもずくスープ 果物(バナナ)	ごはん		回鍋肉の回鍋と は、鍋を回すこ とでなく、一度 調理した食材を 再び鍋に戻して 調理すること です。
PMおやつ		♪マナーカオ 牛乳		お菓子	
AMおやつ		クッキー 麦茶			
8	木	カレイのサクサク焼き キャベツとわかめの中華和え ワンタンスープ 果物(りんご)	ごはん		目が左向きにつ いているのがヒ ラメ、右向きに ついているのが カレイです。
PMおやつ		♪おからドーナツ 牛乳		お菓子	
AMおやつ		せんべい 牛乳			
9	金	里芋ご飯鶏そぼろかけ 鮭の照り焼き 系かまぼこのゴマネーズ和え 豆乳汁 果物(りんご)	ごはん		十五夜メニュー
PMおやつ		お月見ゼリー			
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
10	土	ハンバーグ フライドポテト 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ		ゼリー			
AMおやつ		クッキー 牛乳			
12	月	バサのごまだれ焼き 茄子とピーマンの味噌炒め 麩とほうれん草のすまし汁 果物(りんご)	ごはん		サバは大きく分 けてマサバ・ゴ マサバ・大西洋 サバの3種類で す。日本で獲れ るサバはマサバ とゴマサバの2 種類のみです。
PMおやつ		せんべい 麦茶			
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
13	火	トマトの冷製パスタ ジャーマンポテト クラッシュゼリー	ごはん		トマトが日本に やってきたのは 江戸時代です。 当時は観賞用植 物でした。
PMおやつ		♪きな粉豆 牛乳			

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

日	曜日	献立名	主食	卵アレルギー	備考
AMおやつ		ヨーグルト			
14	水	カトレット かつお節サラダ オクラの洋風スープ 果物（オレンジ）	ごはん		世界の料理 「スリランカ」
PMおやつ		バナナのキャンディーボール 牛乳			
AMおやつ		クラッカー 麦茶			
15	木	ハンバーグパインソース こぶぎ芋 オニオンスープ 果物（バナナ）	ごはん		トロピカルな味 わいのパインッ プソースをかけたハンバーグ です。
PMおやつ		せんべい 牛乳			
AMおやつ		ビスケット 牛乳			
16	金	ハヤシライス チーズサラダ フルーツポンチ	ごはん		いつも残されて しまうグリーン ピースの話をし ます。
PMおやつ		プリン			
AMおやつ		クッキー 麦茶			
17	土	照り焼きチキン オムレツ 野菜炒め 果物（バナナ）	ごはん		
PMおやつ		ビスケット 麦茶			
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
20	火	カレーライス 福神漬け フレンチサラダ フルーツヨーグルト せんべい 牛乳	ごはん		連休明けは、み んな大好きなカ レーライスです ♪
PMおやつ		せんべい 牛乳			
AMおやつ		クラッカー 麦茶			
21	水	伊勢うどん 鶏肉の石垣揚げ しいたけ煮なます 果物（梨）	ごはん		今月の郷土料理 「三重県」
PMおやつ		お豆腐ケーキ 牛乳			
AMおやつ		ゼリー			
22	木	鶏ごぼうご飯 揚げ茄子と高野豆腐の肉味噌かけ 真沢山汁 果物（バナナ）	ごはん		お彼岸メニュー でおやつにおは ぎを提供しま す。
PMおやつ		おはぎ 麦茶			
AMおやつ		クッキー 麦茶			
24	土	南瓜サンドフライ 厚焼き玉子 野菜炒め 果物（バナナ）	ごはん		
PMおやつ		ビスケット 麦茶			
AMおやつ		せんべい 麦茶			
26	月	鮭の黄金焼き 高野豆腐煮 なめことわかめの味噌汁 果物（オレンジ）	ごはん		鮭の脂質は多め で、EPAや DHAを豊富に 含んでいて、血 栓を予防し、血 管を拡張するは 作用があります。
PMおやつ		ハームクーヘン 牛乳			
AMおやつ		ヨーグルト			
27	火	豚肉のコーンフ레이크焼き 大豆とチーズのかみかみサラダ 青菜ともやしの味噌汁 果物（バナナ）	ごはん		かみかみメ ニュー
PMおやつ		おやサミクッキー 牛乳			
AMおやつ		野菜ジュース			お誕生日会
28	水	お赤飯 鶏のカレー揚げ カクテルサラダ 油揚げとキャベツの味噌汁 果物（梨）	ごはん		
PMおやつ		お誕生日ケーキ 牛乳			
AMおやつ		クッキー 麦茶			
29	木	豆腐の大豆ミートクラタン 昆布とつなのきんぴら風 さつま芋と白菜のスープ 果物（りんご）	ごはん		SDGsメニュー
PMおやつ		お麩のラスク 牛乳			
AMおやつ		せんべい 牛乳			
30	金	真珠団子 マカロニソテー サンラータン風スープ 果物（バナナ）	ごはん		真珠団子は、肉 団子のまわり に、もち米をつ けて蒸した中国 料理のひとつで す。
PMおやつ		ゼリー			