

	副食	3時のおやつ	10時のおやつ	主食	献立に使用している食品
1月	魚のマリネ　納豆汁 コールスロー	スキムミルク 黒ゴマとチーズ入りクッキー	牛乳 ミレーフライ	ご飯	白身魚　玉葱　人参　キャベツ　ホールコーン缶　マヨドレ 納豆　油揚げ　じゃが芋　青葱
2火	ビビンバ丼　ヨーグルト レモン酢和え	スキムミルク　バナナ 豆乳ウエハース	牛乳 全粒粉クラッカー	丼	牛肉　人参　もやし　ほうれん草　卵　いりごま　きゅうり　しらす干し みかん缶　ヨーグルト
3水	稲穂揚げ　サンラータン 冷拌五絲　納豆	牛乳 スイートコーンのパンケーキ	牛乳 パイン缶	ご飯	木綿豆腐　鶏挽肉　人参　卵　にら　スキムミルク　ロースハム　緑豆春雨 きゅうり　トマト　豚肉　たけのこ　もやし　じゃが芋　深葱　納豆　ひじき　しらす干し
4木	洋風肉じゃが　わかめスープ もやしと人参の和え物　納豆	スキムミルク　黄桃缶 サラダせんべい	牛乳 野菜かりんとう	ご飯	豚肉　じゃが芋　人参　玉葱　さやいんげん　もやし　えのき茸　削り節 わかめ　青葱　納豆　竹輪　ホールコーン缶
5金	ニラ入り卵焼き　ウィンナースープ チンゲン菜の中華風サラダ　納豆	スキムミルク　梨 のりぼんすけ	牛乳 オレンジ	パン	卵　にら　玉葱　人参　チンゲン菜　もやし　しめじ　すりごま　ウィンナー レタス　ホールコーン缶　大根　コンソメ　納豆　しそ
6土	シーフードスパゲティ バナナ	はぶ茶 しおボンせん	牛乳 クリームウエハース	麺	スパゲティ麺　ベーコン　むきえび　あさり　玉葱 人参　ピーマン　粉チーズ　コンソメ　バナナ
8月	チキンカツ　コンソメスープ 中華サラダ　納豆	豆乳 マーラーカオ	牛乳 チーズクラッカー	ご飯	鶏肉　卵　カットわかめ　きゅうり　もやし　人参　木綿豆腐　玉葱　パセリ 納豆　ツナフレーク
9火	厚揚げの味噌煮　もずくスープ 小松菜とひじきの和え物　納豆	カルピス きな粉よせ	牛乳 パイン缶	ご飯	厚揚げ　豚肉　じゃが芋　人参　白滝　さやいんげん　小松菜　ひじき ホールコーン缶　すりごま　もずく　えのき茸　青葱　納豆　とろろ昆布
10水	魚の照り焼き　けんちん汁 もやしのごま和え　納豆	スキムミルク　みかん缶 薄焼きサラダせんべい	牛乳 チーズ	ご飯	白身魚　生姜　竹輪　もやし　人参　きゅうり　すりごま　油揚げ 鶏肉　木綿豆腐　じゃが芋　ごぼう　えのき茸　青葱　納豆　わかめ
11木	すき焼き　チンゲン菜のスープ 貝柱のサラダ　納豆	クーリッシュ お米のゴーフレット	牛乳 小魚せんべい	ご飯	牛肉　焼き豆腐　白滝　白菜　玉葱　人参　えのき茸　青葱　緑豆春雨　きゅうり ホタテ貝柱　ホールコーン缶　マヨネーズ　鶏肉　チンゲン菜　納豆　もみのり
12金	かに玉　豆腐の清汁 ツナサラダ　納豆	スキムミルク　オレンジ スイートコーンおかき	牛乳 バナナ	ご飯	卵　カニカマ　人参　青葱　グリンピース　玉葱　キャベツ　きゅうり　ツナフレーク パセリ　木綿豆腐　えのき茸　かまぼこ　塩わかめ　納豆　もやし
13土	三色丼 えのきともやしのスープ	はぶ茶 さつま芋せんべい	牛乳 アンパンマンビスケット	丼	鶏挽肉　生姜　卵　さやいんげん　ベーコン　人参 玉葱　もやし　えのき茸　パセリ
15月	〇敬老の日〇				
16火	ビーフシチュー　青りんごゼリー マセドアンサラダ	はぶ茶 ツナと野菜のチヂミ	牛乳 ポテトチップス	パン	牛肉　じゃが芋　玉葱　人参　マーガリン　スキムミルク　デミグラスソース ビーフシチューの素　ロースハム　チーズ　シェルマカロニ　マヨネーズ　ゼリー
17水	白身魚のケチャマヨソース焼き　シャッキリ味噌汁 おかかきゅうり　納豆	牛乳 ひまわりパイ	牛乳 やさいかりんとう	ご飯	白身魚　玉葱　ピーマン　ホールコーン缶　マヨネーズ　粉チーズ　きゅうり 削り節　もやし　大根　人参　かいわれ大根　納豆　なめ茸
18木	高野豆腐と野菜の含め煮　中華風コーンスープ トマトとわかめのサラダ　納豆	スキムミルク　梨 ねじりん棒カレー味	牛乳 白桃缶	ご飯	高野豆腐　豚肉　人参　ツナフレーク　トマト　きゅうり　カットわかめ　鶏肉 玉葱　ほうれん草　コーンクリーム缶　ホールコーン缶　納豆　魚肉ソーセージ
19金	9月誕生会～しらすご飯・鶏のマヨネーズ焼き・ほうれん草ともやしの酢みそ和え さつま芋の甘煮・野菜スープ～ジュース・ケーキ				しらす干し　小松菜　鶏肉　玉葱　マヨネーズ　竹輪　ほうれん草　もやし　人参 黒ゴマ　さつま芋　豚肉　キャベツ
20土	きつねうどん オレンジ	はぶ茶 クリームラスク	牛乳 おからスナック	麺	干しうどん　油揚げ　ほうれん草　人参 オレンジ
22月	豆腐と鶏肉の味噌炒め　ベーコンスープ 切干大根の和え物　納豆	スキムミルク　バナナ ひこうきビスケット	牛乳 カリボテスナック	ご飯	鶏肉　木綿豆腐　玉葱　人参　ピーマン　ツナフレーク　切干大根　きゅうり ベーコン　じゃが芋　オクラ　納豆　岩のり
23火	〇秋分の日〇				
24水	魚のチーズフライ　のっぺい汁 ごまマヨネーズサラダ　納豆	豆乳 オレンジマフィン	牛乳 パイン缶	ご飯	白身魚　牛乳　粉チーズ　卵　ロースハム　じゃが芋　ほうれん草　人参　きゅうり マヨネーズ　すりごま　鶏肉　里芋　ごぼう　白滝　青葱　納豆　かまぼこ　しそ
25木	シーフードオムレツ　チキンスープ そうめんの和風サラダ　納豆	はぶ茶 おにぎり	牛乳 チーズ	パン	卵　カニカマ　ツナフレーク　玉葱　さやいんげん　マーガリン　牛乳　そうめん きゅうり　人参　大根おろし　もみのり　鶏肉　キャベツ　納豆　ホールコーン缶
26金	なすのミートソース煮　相性汁 ハワイアンサラダ　納豆	スキムミルク　黄桃缶 いちごちゃんクッキー	牛乳 ひじきせんべい	ご飯	牛挽肉　じゃが芋　茄子　玉葱　人参　トマト　ピーマン　コンソメ　粉チーズ　キャベツ パイン缶　きゅうり　鶏肉　ベーコン　さつま芋　白滝　大根　納豆　ツナフレーク　青のり
27土	●クラス懇談会● パン　牛乳		ラムネ	パン	パン 牛乳
29月	がんもどきの中華風うま煮　ミネストローネ キャベツとわかめの和え物　納豆	フルーツヨーグルト	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯	がんもどき　人参　たけのこ　セロリ　さやいんげん　キャベツ　カットわかめ ホールコーン缶　ベーコン　じゃが芋　トマト缶　納豆　もやし　黒ゴマ
30火	鶏肉のさっぱり煮　厚揚げとさつまいもの味噌汁 じゃこサラダ　納豆	スキムミルク　白桃缶 豆乳クッキー	牛乳 オレンジ	ご飯	鶏肉　生姜　キャベツ　きゅうり　人参　しらす干し　厚揚げ　さつま芋　青葱 塩わかめ　納豆　椎茸　梅肉



ひまわりパイ

作り方

材料(4人分)

かぼちゃ

100g

バター

10g

バニラエッセンス

少々

餃子の皮

8枚

①

かぼちゃを茹でてつぶし、バニラエッセンス、バターを加え、混ぜる。

②

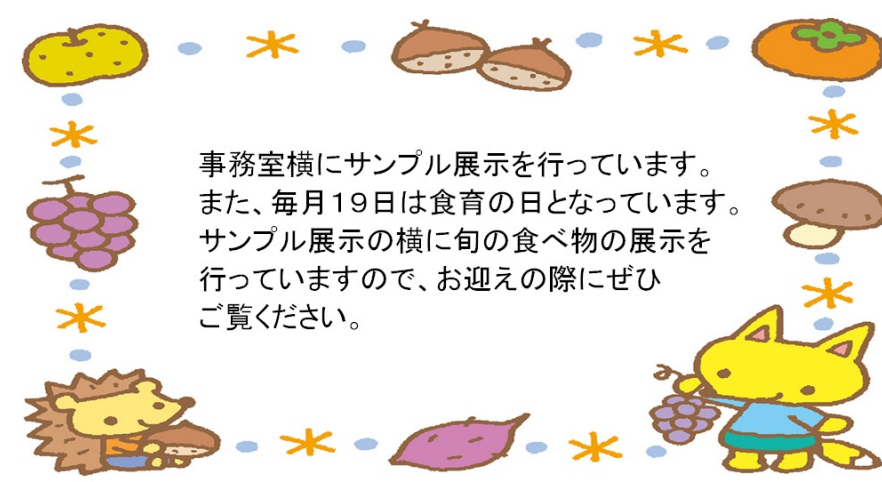
②を餃子の皮の中央にのせて、ふちを水でぬらす。

③

③の上に、もう一枚の餃子の皮をのせてはり合わせる。

④

油で揚げる。



事務室横にサンプル展示を行っています。
また、毎月19日は食育の日となっています。
サンプル展示の横に旬の食べ物の展示を行っていますので、お迎えの際にぜひご覧ください。