

# 9月の献立表

阿佐谷保育園 0歳②

満1歳から午前、午後に牛乳がつけます。ヨーグルト、クリーム煮のときは麦茶になります。

2017年度

午前食

午後食

1 15 29 (金)	・ミートソース風うどん (乾麺、玉葱、人参、ピーマン、マッシュルーム、セロリ、トマト缶、豚挽肉、なたね油、バター、小麦粉、だし、塩) ・青菜のスープ (玉葱、青菜、昆布、だし、塩) ・ヨーグルト	・鮭かゆ (米、麦、鮭) ・味噌汁 (玉葱、人参、昆布、だし、味噌) ・野菜の煮物 (玉葱、人参、大根、南瓜、隠元、じゃが芋、片栗粉、だし、砂糖、塩) ・果物
2 16 30 (土)	・土曜献立	・土曜献立
4 (月)	・かゆ ・味噌汁 (大根、人参、昆布、だし、味噌) ・鶏肉団子と野菜の煮物 (玉葱、人参、キャベツ、ズッキーニ、青菜、しめじ、じゃが芋、さつまいも、鶏挽肉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油)	・かゆ ・冬瓜のスープ (冬瓜、青菜、昆布、だし、塩) ・肉団子のトマト煮 (玉葱、人参、大根、キャベツ、ブロッコリー、トマト缶、じゃが芋、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩) ・果物
5 19 (火)	・かゆ ・人参のスープ (人参、青菜、昆布、だし、塩) ・肉団子と野菜の豆乳クリーム煮 (玉葱、人参、ズッキーニ、しめじ、青菜、じゃが芋、豚挽肉、豆乳、なたね油、小麦粉、だし、塩)	・しらすかゆ (米、麦、しらす、昆布) ・味噌汁 (玉葱、青菜、昆布、だし、味噌) ・鶏肉団子と野菜の煮物 (玉葱、人参、冬瓜、キャベツ、隠元、さつまいも、じゃが芋、鶏挽肉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油) ・果物
6 20 (水)	・かゆ ・人参のスープ (冬瓜、人参、昆布、だし、塩) ・肉団子と野菜の煮物 (玉葱、長葱、人参、ピーマン、じゃが芋、豚挽肉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油)	・かゆ ・すまし汁 (玉葱、わかめ、昆布、だし、塩、醤油) ・魚と野菜の味噌煮 (玉葱、人参、大根、しめじ、青菜、じゃが芋、魚、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、味噌) ・果物
7 21 (木)	・かゆ ・味噌汁 (玉葱、人参、昆布、だし、味噌) ・五目煮豆 (人参、ズッキーニ、しめじ、隠元、じゃが芋、大豆缶、鶏挽肉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油)	・かゆ ・すまし汁 (玉葱、青菜、昆布、だし、塩、醤油) ・肉団子と野菜の煮物 (玉葱、人参、冬瓜、南瓜、青菜、じゃが芋、豚挽肉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油) ・果物
8 22 (金)	・味噌煮込みうどん (乾麺、玉葱、長葱、人参、大根、しめじ、青菜、じゃが芋、豚挽肉、豆腐、なたね油、だし、砂糖、醤油、味噌) ・ヨーグルト	・かゆ ・わかめスープ (玉葱、わかめ、昆布、だし、塩) ・鮭と野菜の豆乳クリーム煮 (玉葱、人参、ズッキーニ、マッシュルーム、隠元、じゃが芋、塩鮭、豆乳、なたね油、小麦粉、塩) ・果物
9 (土)	・土曜献立	・土曜献立
11 25 (月)	・かゆ ・味噌汁 (長葱、しめじ、昆布、だし、味噌) ・鶏肉団子の野菜の煮物 (玉葱、人参、冬瓜、隠元、じゃが芋、鶏挽肉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油)	・煮込みうどん (乾麺、玉葱、人参、大根、しめじ、青菜、じゃが芋、豚挽肉、豆腐、昆布、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油) ・果物
12 26 (火)	・かゆ ・冬瓜のスープ (冬瓜、わかめ、昆布、だし、塩) ・麻婆豆腐 (玉葱、長葱、人参、アスパラガス、じゃが芋、豚挽肉、豆腐、胡麻油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油、味噌)	・かゆ ・青菜のスープ (玉葱、青菜、昆布、だし、塩) ・魚の豆乳クリームシチュー (玉葱、人参、ズッキーニ、キャベツ、南瓜、マッシュルーム、隠元、魚、豆乳、なたね油、小麦粉、だし、塩) ・果物
13 27 (水)	・かゆ ・味噌汁 (長葱、青菜、昆布、だし、味噌) ・鶏肉団子と野菜の煮物 (玉葱、人参、南瓜、冬瓜、マッシュルーム、隠元、さつまいも、じゃが芋、鶏挽肉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油)	・かゆ ・人参のスープ (人参、青菜、昆布、だし、塩) ・豆のトマト煮込み (玉葱、人参、ズッキーニ、トマト缶、ブロッコリー、じゃが芋、大福豆、豚挽肉、オリーブ油、片栗粉、砂糖、塩) ・果物
14 28 (木)	・ひじきかゆ (米、ひじき、昆布) ・すまし汁 (冬瓜、人参、昆布、だし、塩、醤油) ・魚と野菜の味噌煮 (玉葱、人参、ズッキーニ、キャベツ、しめじ、青菜、さつまいも、魚、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、味噌)	・かゆ ・すまし汁 (玉葱、冬瓜、昆布、だし、塩、醤油) ・豆腐の挽肉あんかけ (玉葱、長葱、人参、青菜、じゃが芋、豚挽肉、豆腐、胡麻油、片栗粉、だし、砂糖、醤油、味噌) ・果物

※材料の都合により献立を変更することがありますのであらかじめご了承ください。

## 今月の旬の食材

隠元、南瓜、ちんげん菜、冬瓜、さつまいも