平成 30 年

9月　給食献立表

2018. 8. 31

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1・29	土	肉うどん ヨーグルト	豆乳 オレンジ せんべい	調整豆乳・牛肉もも・鶏卵・かつお節・昆布・含脂加糖ヨーグルト	うどん・砂糖(三温糖)・植物油・せんべい	オレンジ・たまねぎ・にんじん・青ねぎ
3	月	麦ごはん 筑前煮 春雨のみそ汁	牛乳 ハイハイン スキムミルク 米粉のにんじんおやき	牛乳・鶏肉・厚揚げ・焼き竹輪・煮干・麦みそ・スキムミルク・粉寒天	ハイハイン・精白米・麦・じゃがいも・こんにゃく・植物油・砂糖(三温糖)・緑豆はるさめ・グラニュー糖・メープルシロップ・オリーブ油・米粉	にんじん・だいこん・ごぼう・さやいんげん・乾しいたけ・キャベツ・ココナッツミルク
4・18	火	雑穀ごはん 卵スープ 麻婆なす	牛乳 なし スキムミルク フルーツゼリー	牛乳・鶏卵・塩わかめ・かつお節・昆布・豚ひき肉・米みそ・スキムミルク・粉寒天	精白米・雑穀・片栗粉・植物油(揚げ吸油分)・砂糖(三温糖)・中華スープの素・植物油・ごま油	なし・えのきたけ・なす・にんじん・根深ねぎ・にんにく(生)・しょうが・パイン缶・みかん缶・もも缶
5・19	水	麦ごはん つみ入れ汁 油揚げときゅうりのごま酢和え	牛乳 ぶどう アイスクリーム ビスケット	牛乳・白身魚・鶏卵・煮干・米みそ・油揚げ・かつお節	精白米・麦・片栗粉・じゃがいも・すりごま・上白糖・ラクトアイス・ビスケット	ぶどう・しょうが・とうがん・たまねぎ・にんじん・もやし・青ねぎ・きゅうり
6	木	ロールパン 豚肉のカレーマリネ トマトスープ	牛乳 バナナ 豆乳 チーズ饅頭	牛乳・豚肉・鶏肉・調整豆乳・クリームチーズ・鶏卵	ロールパン・片栗粉・カレー粉・植物油(揚げ吸油分)・植物油・砂糖(三温糖)・鶏がらだしの素・小麦粉(薄力粉)・無塩バター	バナナ・キャベツ・にんじん・きゅうり・コーン，ホール(缶詰)・トマト・たまねぎ・かぼちゃ・セロリ・パセリ
7	金	麦ごはん 鶏シュウマイ 切干だいこんの和え物 コンソメスープ	牛乳 もも缶 スキムミルク バスブーサ	牛乳・鶏ひき肉・木綿豆腐・まぐろ油漬缶詰・スキムミルク・鶏卵・プレーンヨーグルト	精白米・麦・しゅうまいの皮・砂糖(三温糖)・片栗粉・ごま油・鶏がらだしの素・小麦粉(薄力粉)・マーガリン	もも缶詰・しょうが・グリンピース・切干だいこん・きゅうり・にんじん・キャベツ・たまねぎ・えのきたけ・パセリ・レモン果汁
8・22	土	きのこスパゲティ なし	豆乳 オレンジ 豆乳(未満児) 牛乳(以上児) 丸ボーロ	調整豆乳・まぐろ油漬(缶詰)・あさり・牛乳	スパゲティ(乾)・植物油・コンソメ・丸ボーロ	オレンジ・たまねぎ・にんじん・トマト，ホール，カット（缶詰)・しめじ・生しいたけ・パセリ・なし
10	月	ロールパン 鶏肉のさっぱり煮 にんじんのグラッセ ナムル コーンスープ	牛乳 なし スキムミルク 米粉蒸しパン	牛乳・鶏肉・ほしひじき・スキムミルク	ロールパン・砂糖(三温糖)・バター・じゃがいも・すりごま・ごま油・植物油・鶏がらだしの素・甘納豆（あずき）・米粉	なし・しょうが・にんにく(生)・にんじん・もやし・ほうれんそう(生)・コーン，クリーム(缶)・たまねぎ・パセリ
11	火	雑穀ごはん 魚のチーズピカタ オクラのソテー 切り干し大根のカレースープ煮	牛乳 ぶどう スキムミルク ふわふわかぼちゃケーキ	牛乳・白身魚・鶏卵・粉チーズ・豚肉・スキムミルク・豆乳	精白米・雑穀・小麦粉(薄力粉)・植物油・鶏がらだしの素・カレールウ・ホットケーキミックス・砂糖(三温糖)・マーガリン	ぶどう・オクラ・切干だいこん・たまねぎ・にんじん・キャベツ・りんご・グリンピース・トマトケチャプ・かぼちゃ
12・26	水	麦ごはん 清汁 稲穂揚げ トマト 角天とキャベツの炒め物	牛乳 ハイハイン スキムミルク チーズトースト	牛乳・塩わかめ・煮干・鶏ひき肉・鶏卵・木綿豆腐・スキムミルク・角天・スライスチーズ	ハイハイン・精白米・麦・片栗粉・植物油(揚げ吸油分)・ごま油・中華スープの素・食パン(サンドイッチ用)	えのきたけ・にんじん・にら・トマト・キャベツ・ピーマン
13・27	木	麦ごはん かに玉 レタス 豆腐のみそ汁	牛乳 バナナ スキムミルク フルーツヨーグルト	牛乳・鶏卵・かに(缶詰)・かつお節・木綿豆腐・塩わかめ・煮干・スキムミルク・米みそ・プレーンヨーグルト	精白米・麦・砂糖(三温糖)・植物油・片栗粉	バナナ・にんじん・青ねぎ・グリンピース・レタス・なす・えのきたけ・もも缶・みかん缶・パイン缶
14・28	金	きのこごはん ぎせい豆腐 サラダ菜 小松菜の清汁	牛乳 もも缶 豆乳 スキムモンブラン	牛乳・鶏肉・焼きのり・鶏ひき肉・木綿豆腐・かつお節・昆布・調整豆乳・スキムミルク・生クリーム（植物性）	精白米・麦・植物油・砂糖(三温糖)・白玉ふ・さつまいも・クラッカー・くり甘露煮	もも缶詰・生しいたけ・しめじ・たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・グリンピース・サラダ菜・こまつな・えのきたけ
21	金	ロールパン ビーフシチュー りんごとキャベツのフレンチサラダ	牛乳 もも缶 スキムミルク バスブーサ	牛乳・牛肉・スキムミルク・鶏卵・プレーンヨーグルト	ロールパン・じゃがいも・マーガリン・鶏がらだしの素・ドミグラスソース・ビーフシチューの素・植物油・砂糖(三温糖)・小麦粉(薄力粉)	もも缶詰・たまねぎ・にんじん・グリンピース・トマトケチャプ・トマトピューレ・キャベツ・りんご・きゅうり・干しぶどう・パセリ・レモン果汁
25	火	雑穀ごはん 雑菜(ｻﾞｰﾂｧｲ) きのこスープ	牛乳 なし スキムミルク 米粉蒸しパン	牛乳・牛肉・鶏卵・ベーコン・スキムミルク	精白米・雑穀・白ごま(いり)・砂糖(三温糖)・植物油・緑豆はるさめ・鶏がらだしの素・甘納豆（あずき）・米粉	なし・キャベツ・にんじん・青ねぎ・きくらげ・エリンギ・しめじ・えのきたけ・たまねぎ・パセリ
20	木	ハンバーガー フライドポテト コンソメスープ ぶどう	牛乳 バナナ リンゴジュース チーズケーキ	牛乳・牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・スライスチーズ・木綿豆腐	ロールパン・パン粉・砂糖(三温糖)・フライドポテト・植物油(揚げ吸油分)・鶏がらだしの素・りんごジュース・チーズケーキ	バナナ・たまねぎ・レタス・にんじん・パセリ・ぶどう

今月の宗像産

今月は3・6・11・25日に宗像産の野菜をたくさん取り入れた献立をたてました。
季節の野菜を食材にたくさん取り入れてみました。

☆お知らせ☆

ラッキーデイ・・・6日

誕生会・・・20日