



# 9月のこんだてひょう



日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料					
2	月	ごはん		3	火	塩ラーメン	ラーメン・豚肉・もやし・人参・ねぎ・ごぼう・キャベツ・塩ラーメンスープ(小麦、乳、大豆、豚、鶏、りんご)・こしょう・ラード だし[豚骨、鶏骨、人参、玉ねぎ、ねぎ、昆布]	4	水	ごはん		5	木	ビタパン	(小麦)	6	金	ポークカレーライス	米・豚肉・玉葱・人参・マーガリン・スキムミルク・カレールウ・りんご・にんにく・ソース	
		具だくさんみそ汁	豚肉・玉葱・人参・ごぼう・キャベツ・しめじ・ねぎ・にんにく・生姜・味噌・削り節・昆布				みそ汁			キャベツ・玉ねぎ・油揚げ・味噌・煮干し	トマトシチュー風			豚肉・じゃがいも・人参・玉葱・ホールトマト・ブロッコリー・にんにく・マーガリン・ペースソース・ケチャップ・中濃ソース・ワイン・コンソメ・三温糖・塩・こしょう						
		いわしの梅煮	(小麦、大豆)				鶏肉のチーズ照り焼き			鶏肉・酒・みりん・はちみつ・醤油・唐辛子・シュレットチーズ	鶏の唐揚げ			鶏肉・生姜・にんにく・酒・みりん・塩・こしょう・でんぷん・油						
		じゃが芋の辛味噌炒め	じゃがいも・人参・豚肉・ごま油・にんにく・酒・三温糖・醤油・味噌・豆板醤				ひじきの煮付け			ひじき・しらたき・さつま揚げ・いんげん・人参・油・みりん・三温糖・醤油	つけあわせ			キャベツ・Pソース						
9	月	ごはん		10	火	スープスパゲティ	スパゲティ・人参・玉葱・しめじ・ベーコン・パセリ・オリーブ油・バター・にんにく・コンソメ・塩・こしょう	11	水	ごはん		12	木	コッペパン		13	金	ごはん		
		豆腐の中華煮	豆腐・豚肉・人参・玉葱・椎茸・生姜・にんにく・油・三温糖・酒・醤油・ごま油・でんぷん				みそ汁			豆腐・なめこ・ねぎ・味噌・煮干し	野菜スープ			玉葱・豚肉・人参・えのきだけ・白菜・コンソメ・醤油・塩・こしょう	白玉汁(味噌)			白玉もち・豆腐・油揚げ・大根・ごぼう・人参・ねぎ・味噌・煮干し		
		野菜しゅうまい	(卵、小麦、豚、大豆、魚肉13%使用)				タラの味噌マヨ焼き			たら・酒・三温糖・みそ・マヨネーズ	ササミチーズフライ			(鶏、乳、小麦、大豆)	うさぎちゃんハンバーグ			(鶏、豚、大豆)		
		切り干し大根の中華炒め	切り干し大根・人参・じゃがいも・ピーマン・油・三温糖・酒・醤油・中華スープストック・ごま油				肉じゃが			豚肉・じゃがいも・人参・玉葱・しらたき・油・みりん・三温糖・醤油	じゃがいもベーコン炒め			じゃがいも・ベーコン・バター・パセリ・塩・こしょう	きわかめのきんぴら			くわがわめ・豚肉・ごぼう・人参・油・ごま・醤油・三温糖・酒・とうがらし		
16	月			17	火	味噌ラーメン	ラーメン・豚肉・生姜・にんにく・もやし・玉葱・白菜・人参・ねぎ・味噌ラーメンスープ(小麦、大豆、豚、鶏)・ごま・とうがらし だし[豚骨、鶏骨、人参、玉ねぎ、ねぎ、昆布]	18	水	二色ごはん	米・鶏肉・酒・三温糖・醤油・油・いり卵(卵、大豆)	19	木	ココアパン		20	金	ごはん		
							ぎょうざ			(小麦、大豆、卵、鶏、豚、ごま)	みそ汁			大根・人参・油揚げ・味噌・煮干し	ポークチャップ			豚肉・ケチャップ・ソース・三温糖・油	みそ汁	じゃがいも・玉ねぎ・油揚げ・わかめ・味噌・煮干し
											もやしのソテー			もやし・ベーコン・塩・こしょう・油	チーズポテト			じゃがいも・塩・バター・牛乳・チーズ・砂糖	白身魚フライ	白身魚フライ(小麦、やまいも)・油
																			ぶりから大根	大根・人参・さつま揚げ・こんにゃく・三温糖・酒・醤油・唐辛子・油
23	月			24	火	スパゲティミートソース	スパゲティ・オリーブ油・豚肉・玉葱・しめじ・人参・マーガリン・ケチャップ・ミートソース・トマトピューレ・コンソメ・こしょう・粉チーズ	25	水	ごはん		26	木	コッペパン		27	金	きのこカレーライス	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・マッシュルーム・にんにく・マーガリン・スキムミルク・コンソメ・鶏ガラスープ	
							フルーツクリーム			桃缶・ミカン缶・リンゴ缶・ホイップクリーム(乳、大豆)	鯖味噌煮			(大豆、さば)	国産豚肉メンチカツ			国産豚肉メンチカツ(豚、小麦、大豆)・油	三色ソテー	ほうれん草・コーン・人参・バター・塩・こしょう
											キムチトントン			白菜キムチ(りんご)・豚肉・卵・もやし・コンソメ・三温糖・キムチの素(大豆、りんご)・塩・油	野菜炒め			キャベツ・もやし・人参・ピーマン・ベーコン・油・コンソメ・塩・こしょう		