

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料				
<h1 style="color: red;">9月の こんだてひょう</h1> 																			
																			
6	月	ビビンバ風 (かけごはん) わかめスープ ぎょうざ	米・豚肉・人参・椎茸・ 生姜・にんにく・ ごま油・赤味噌・ 豆板醤・みりん・ 三温糖・醤油・もやし・ 炒り卵(卵、大豆)・ ほうれん草 わかめ・豆腐・ねぎ・ ごま・コンソメ・醤油・ 塩・こしょう (小麦、鶏、豚、大豆、 ごま)	7	火	カレーうどん コーンソテー	うどん・豚肉・人参・ 玉葱・油揚げ・ねぎ・ 椎茸・カレールー・ 三温糖・醤油・みりん・ 削り節 コーン・ウィンナー・ ビーマン・油・塩・ こしょう	8	水	ごはん いももち団子汁 ほきの びり辛焼き 五目野菜炒め	白もち団子・豆腐・ 油揚げ・大根・ごぼう・ 人参・ねぎ・味噌・ 煮干し ほき・酒・三温糖・ 唐辛子・にんにく・ ごま油・醤油・ごま さつま揚げ・もやし・ ほうれん草・人参・ たけのこ・はるさめ・ 油・いり卵・醤油・酒・ 三温糖・塩・こしょう	9	木	揚げパン 野菜スープ ミートボール じゃがいも ベーコン炒め	パン・油・ ミルクココア・塩 玉葱・豚肉・人参・ えのきだけ・白菜・ コンソメ・醤油・塩・ こしょう (小麦、大豆、鶏、豚、 りんご、ごま) じゃがいも・ベーコン・ バター・パセリ・塩・ こしょう	10	金	ごはん 石狩汁 豚肉のはちみつ 生姜焼き もやしの からしあえ	米・豚肉・人参・玉葱・ しめじ・じゃがいも・ マッシュルーム・ にんにく・マーガリン・ スキムミルク・牛乳・ コンソメ・ 鶏ガラスープ 豆腐・キャベツ・コーン・ ゴマ・ ドレッシング(小麦、大豆、 大豆、りんご、豚、鶏)
13	月	ハヤシライス 野菜炒め	米・豚肉・玉葱・人参・ マッシュルーム・ マーガリン・ ハヤシルー・ デミグラスソース・ ソース・ケチャップ・ トマトピューレ・ コンソメ・こしょう キャベツ・玉葱・ もやし・ビーマン・ ベーコン・油・ コンソメ・塩・こしょう	14	火	塩ラーメン たこ焼き (小3個・中5個)	ラーメン・豚肉・ もやし・人参・ねぎ・ 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、 玉葱、ねぎ、昆布]	15	水	ごはん 白玉汁 いわしの生姜煮 じゃがいもの そばろ煮	白玉もち・豆腐・ 油揚げ・大根・ごぼう・ 人参・ねぎ・味噌・ 煮干し (小麦、大豆) じゃがいも・豚肉・ 玉葱・人参・しめじ・ 生姜・にんにく・油・ 三温糖・醤油・味噌	16	木	バーガーパン トマトと卵の ふわふわスープ 照り焼きチキン つけあわせ	ホールトマト・しめじ・ 玉葱・ベーコン・ いんげん・卵・ にんにく・オリーブ油・ コンソメ・ トマトペースソース・ 三温糖・塩・こしょう 鶏肉・酒・醤油・生姜・ 三温糖・みりん・ でんぷん キャベツ・ バックマヨネーズ	17	金	肉豆腐どん (かけごはん) みそ汁 もやしのサラダ	米・豚肉・生姜・醤油・ 酒・人参・玉葱・ 干し椎茸・豆腐・油・ ごま・醤油・三温糖・ 酒 水菜・玉葱・油揚げ・ 味噌・煮干し もやし・ハム・竹輪・ ごま油・三温糖・ 醤油・酢
20	月			21	火	きのここと ベーコンの スパゲティ ハムエッグ 十五夜デザート	スパゲティ・ オリーブ油・ベーコン・ しめじ・ マッシュルーム・玉葱・ 人参・にんにく・ ワイン・ホールトマト・ トマトペースソース・ ウスターソース・ コンソメ・塩・ こしょう・三温糖 卵・ハム・塩・こしょう アレルゲンはありません。	22	水	ごはん みそ汁 チーズチキン きんぴらごぼう	ごはん キャベツ・玉葱・ 油揚げ・味噌・煮干し 鶏肉・三温糖・ にんにく・醤油・ 粉チーズ・パン粉・ パセリ・バター・ オリーブ油 ごぼう・人参・油・ みりん・三温糖・ 醤油・ごま・唐辛子	23	木		24	金	ごはん 具だくさん みそ汁 白身魚フライ キムチトントン	玉葱・人参・キャベツ・ ごぼう・しめじ・ねぎ・ にんにく・生姜・味噌・ 削り節・昆布 白身魚フライ(小麦、大豆、 大豆)・油 白菜キムチ(リンゴ)・ 豚肉・卵・もやし・ コンソメ・三温糖・塩・ キムチの素(大豆、りんご)・油	
27	月	ごはん 春雨と レタスのスープ 卵焼き 肉団子 甘酢あん炒め	春雨・鶏肉・人参・ 玉葱・もやし・レタス・ 鶏ガラスープ・ コンソメ・醤油・ 塩・こしょう (卵) ミートボール(大豆、 鶏、豚)・ 玉葱・椎茸・人参・ ビーマン・油・醤油・ 三温糖・ケチャップ・ 酢・鶏ガラスープ・酒・ こしょう・コンソメ	28	火	味噌ラーメン 手羽元の ガーリック風味	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、 玉葱、ねぎ、昆布] 手羽元・塩・こしょう・ にんにく・オリーブ油・ レモン汁	29	水	豚丼 (かけごはん) みそ汁 たたききゅうり	米・豚肉・酒・醤油・ でんぷん・油・醤油・ 酒・みりん・三温糖・ でんぷん 大根・人参・油揚げ・ 味噌・煮干し きゅうり・三温糖・ 醤油・酢・ごま油・ ごま	30	木	ナン カレーシチュー 国産ポークの ハンバーグ えだまめサラダ	豚肉・玉葱・人参・ じゃがいも・ マーガリン・ スキムミルク・牛乳・ カレールー・コンソメ・ こしょう (豚、大豆) えだまめ・キャベツ・ コーン・ゴマドレッシング (小麦、大豆、豚、 鶏、ゼラチン、ごま)	 <p>今年のお月見は 9月21日です。</p>			