

## 9月の献立



2023年

つくし保育園

日   日   日   日   日   日   日   日   日   日	の材料名 塩
月         11 28         煮魚         無 計画 砂樹 土生姜         接きのり         大きや計         一切大阪 人参 油掛け チングン素 醤油 酢 砂糖 繰りごま ごま いりこ 至于し 二十分 美元 人参 大き 十二十分 大き 大き 一切大阪 人参 油油 「大水野 正ねぎ 海軍 瓜子 青れぎ 煮干し 出し蟹 味噌 一大水野 正ねぎ 海軍 瓜子 青れぎ 煮干し 出し蟹 味噌 一大水野 西柳 醤油 塩 次子や 大き 一切 大き 一切 大き 一切 大き 大き 一切 大き 一切 大き 一切 大き 一切 大き 大き 一切 一	菜 塩
11 25	
中切大機のごま酢和え	
12 26   12 26   12 26   12 26   13 27   14 28   13 27   14 28   13 27   14 28   14 28   14 28   14 28   14 28   14 28   14 28   15 29   16 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	
12 26   12 26   12 26   12 26   13 27   14 28   13 27   14 28   13 27   14 28   14 28   14 28   14 28   14 28   14 28   14 28   15 29   16 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	
大       12       26       豚肉と野菜の山芋焼き 部の物 ラキ汁       豚肉と野菜の山芋焼き 部の物 ラキ汁       豚肉と野菜の山芋焼き 部の物 豆腐 五ねぎ もやし こんにやく オクラ 煮干し 出し鰹 味噌 パナナケーキ 小麦粉 砂糖 開瓜 人参 とから 無耳 醤油 砂糖 原理揚げを根菜の煮物 みそ汁 用瓜 人参 わかめ 茄子 青木ギ 煮干し 出し鰹 味噌 パナナケーキ 小麦粉 砂糖 野菜のスープン焼き 小松菜 と油揚げの和え物 野菜のスープ ごはん 米 漁肉 方果粉 セロリ キャベツ 育ねぎ 煮干し 出し整 塩 地へべい いりこ 素干し 立はん 米 漁の塩焼き ごぼうと牛肉の煮物 中肉 ごぼう 人参 ビーマン 糸こんにやく 砂糖 醤油 炒め カみそ汁 ごはん 米 カン・ジの 中肉 ごぼう 人参 上れぎ セロリ キャベツ 育ねぎ 煮干し 出し整 塩 プルーン ブルーン ブルーン ブルーン フルーツ せんべい かチャップ炒め みそ汁 日瓜 玉ねぎ もやし 茄子 青ねぎ 煮干し 出し煙 味噌 フルーツ セんべい かチャップ炒め みそ汁 豆腐 こんかめ 人参 青菜 煮干し 出し鰹 味噌 カルめ 人 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	瓜 砂糖
大         12 26 mの物 みそ升         きゅうり 人参 ひじき じゃこ 酢 砂糖 醤油 塩	.,
水     13     27     厚揚げと根菜の煮物 みそ汁     環際げ 正わざ 人参 里芋 大世 こんにゃく 三度豆 変타し 出し鰹 味噌     別 品 B・p       ボ     14     28     ごはん 物のオープン焼き 小松菜と油揚げの和え物 野菜のスープ     米 週肉 片葉粉 土生姜 青ねぎ 砂糖 醤油 酢 ごま油 小松菜と油揚げの和え物 野菜のスープ     大砂 番店 上地子 しかべい 芸によん 米 魚の塩焼き ごぼうと牛肉の煮物 みそ汁 市瓜 正ねぎ もやし 茄子 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌     ************************************	ishh lit
13 27	
14   28   大   29   大   29   大   29   大   29   上   20   L   20	р <b>в •</b> s
14   28	
14 28	砂糖 レモン
	レンジジュース
野菜のスープ   豆腐 人参 玉ねぎ セロリ キャベツ 青ねぎ 煮干し 出し鰹 塩 いりこ 煮干し   本料の風味さまケーキ   米粉の風味ごまケーキ   米粉の風味ごまケーキ   米粉の風味ごまケーキ   米粉の風味ごまケーキ   大粉 ごま 月   豆乳 油 黒荷   ガルーン   ブルーン   ブルーツ   京干し   世んべい   世んべい   東京の   ブルーン   京干し   世んべい   東京の   ブルーン   東京の   ブルーン   東京の   ブルーン	
<ul> <li>金 1 15 29 無の塩焼き 魚 塩</li></ul>	
金 1 15 29	片栗粉 B・p
16   30   30   30   30   30   30   30   3	<b> 砂糖 砂糖</b>
大   19   A   A   A   A   A   A   A   A   A	
土       2       16       30       ごはん ケチャップ炒め みそ計       米 原肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ 塩 豆腐 わかめ 人参 青菜 煮干し 出し鰹 味噌       フルーツ せんべい いりこ       対しべい 大りこ       大         月       4       ごはん 魚の利休あん 切干大根とひじきの煮物 みそ計       米 豆腐 こんにゃく 茄子 玉ねぎ 青ネギ 煮干し 出し鰹 味噌       ハッシュドポテト じゃが芋 ベーコ         火       5       19       ガ カレーライス キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃご 酢 砂糖 サラダ油 塩 乳 ごはん・トマトシチュー キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 カーグルトかけ せんべい キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩       コーグルトかけ せんべい ま・ナベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩         本 6       20       塩のパン粉焼き 魚 醤油 米粉のパン粉 パセリ       素しパン       米粉 砂糖 馬油 B・p B・	
土     2     16     30     ケチャップ炒め みそ汁     豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ 塩     せんべい 次そ汁     せんべい 煮干し     せんべい 煮干し       月     4     ごはん 魚の利休あん 切干大根とひじきの煮物 みそ汁     米 魚の利休あん 切下大根とひじきの煮物 ひじき 大豆 油揚げ 千切大根 人参 醤油 砂糖     ハッシュドポテト りいき 大豆 油揚げ 千切大根 人参 醤油 砂糖     フルーツの ヨーグルトかけ せんべい       火     5     19     カレーライス 果 キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃご 酢 砂糖 サラダ油 塩 乳 ごはん・トマトシチュー 児 キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 ヤルベい     コーグルトかけ せんべい サルベい     せんべい まャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩     サルベい いりこ     ボナし       本     6     20     塩のパン粉焼き     魚 醤油 米粉のパン粉 パセリ     ボセリ     木り 砂糖 男     油 B・p B・	
土 2 16 30 みそ升     豆腐 わかめ 人参 青菜 煮干し 出し鰹 味噌     いりこ     煮干し       月 4	
A   A   A   A   A   A   A   A   A   A	
月       4       無の利休あん 切干大根とひじきの煮物 みそ汁       魚 ごま 醤油 砂糖 出し鰹 片栗粉 ひじき 大豆 油揚げ 千切大根 人参 醤油 砂糖 豆腐 こんにやく 茄子 玉ねぎ 青ネギ 煮干し 出し鰹 味噌       フルーツの キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 乳 ごはん・トマトシチュー キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 せんべい キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 いりこ       コーグルトかけ サんべい せんべい キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 いりこ       さんんへい 素干し         水 6 20       ごはん ・ 人参フライ 魚 醤油 米粉のパン粉 パセリ       大き 油 水粉のパン粉 パセリ       素しパン       本粉 砂糖 県 油 B・p B・	
月       4       切干大根とひじきの煮物 みそ汁       ひじき 大豆 油揚げ 千切大根 人参 醤油 砂糖 豆腐 こんにゃく 茄子 玉ねぎ 青ネギ 煮干し 出し鰹 味噌         火       5       19       幼 カレーライス キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 乳 ごはん・トマトシチュー ヤイツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 せんべい せんべい せんべい けんべい キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 かりこ 煮干し       せんべい かりこ 煮干し         水       6       20       ごはん ・ 人参フライ 米 ・ 人参 油 魚のパン粉焼き       魚 醤油 米粉のパン粉 パセリ       ボセリ       本・ 人参 油 油 B・p B・	コン 米粉 塩
水       5       19       切工大根とひじきの煮物 みそ汁       立腐 こんにやく 茄子 玉ねぎ 青ネギ 煮干し 出し鰹 味噌       フルーツの ボナナ キウス かんしょう かんしょう ない カンーライス ** 豚ミンチ 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃか芋 南瓜 純カレー粉 塩 豆乳 ソース ケチャップ 油 フルーツの キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 サルベン サルイン サイベン アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 せんべい せんべい おきべつとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 かりこ 煮干し ごはん ・ 人参フライ ** ・ 人参 油 魚 パン粉焼き 魚 醤油 米粉のパン粉 パセリ 油 B・p B・	
火       5       19       数カレーライス 果ャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 乳 ごはん・トマトシチュー キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 サーベッとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 キャベツとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 カース 油 カース カース カース カース カース カース カース カース カース カース	
火     5     19     児     キャベツとじゃこのサラダ     キャベツ     アスパラ     春雨     人参     じゃこ     酢     砂糖     サラダ油     塩       乳     ごはん・トマトシチュー     ** 牛肉     豚ミンチ 玉ねぎ 人参     じゃこ     酢     砂糖     サラダ油     塩     せんべい       水     6     20     **     人参フライ     **     人参     油     **	
火     5     19     児     キャベツとじゃこのサラダ     キャベツ     アスパラ     春雨     人参     じゃこ     酢     砂糖     サラダ油     塩       乳     ごはん・トマトシチュー     ** 牛肉     豚ミンチ 玉ねぎ 人参     じゃん 酢     砂糖     サラダ油     塩     せんべい       水     6     20     **     人参フライ     **     人参     油     **	イフルーツ
19   別 ごはん・トマトシチュー   ** 中雨 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 じゃかす 南瓜 トマトロ トマトジュース ケチャップ 片葉粉 醤油 砂糖 ツース 油 せんべい   世んべい   大 ペッとじゃこのサラダ キャベツ アスパラ 春雨 人参 じゃこ 酢 砂糖 サラダ油 塩 いりこ   煮干し   ではん ・ 人参フライ 米 ・ 人参 油   魚 醤油 米粉のパン粉 パセリ   油 B・p B・	豆乳ヨーグルト
P   キャベツとじゃこのサラダ   キャベツ アスパラ   春雨   人参   じゃこ   酢   砂糖   サラダ油 塩   いりこ   煮干し   だはん ・ 人参フライ   米 ・ 人参 油   魚 のパン粉焼き   魚 醤油   米粉のパン粉   パセリ   油 B・p B・	
本     6     20     ごはん ・ 人参フライ 米 ・ 人参 油     無 醤油 米粉のパン粉 パセリ     本 B・p B・	
カ 6 20 <b>魚のパン粉焼き</b> 魚 醤油 米粉のパン粉 パセリ 油 B・p B・	里砂糖 豆乳
水    6   20	
みそ汁   厚揚げ 玉ねぎ こんにゃく しめじ オクラ 煮干し 出し鰹 味噌	
	1 = 7\m/s
	小豆 砂槽
T   T   21	
もやしのナムル   もやし 人参 ほうれん草 ニラ 醤油 塩 ごま油   こんぶ   こんぶ	
みそ汁 さつま芋 人参 ごぼう 豆腐 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	
<b>ごはん</b>   *	-ズ ジャム
金 8 22 <b>魚のつけ焼き</b> 魚 醤油 みりん 砂糖	
<b>煮びたし</b>   白菜 わかめ 玉ねぎ 人参 えのき チンゲン菜 出し鰹 砂糖 醤油	
みそ汁 じゃが芋 えのき 人参 玉ねぎ オクラ 煮干し 出し鰹 味噌	
ごはん ** フルーツ フルーツ	



