

9月予定献立表

葛飾区渋江保育園



曜	日付	メニュー		主 な 材 料		
				熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの
金	5	マーボーナス井 さつま芋の甘煮 きゃべつのおつゆ	果物	胚芽精米 サラダ油 砂糖 片栗粉 ごま油 さつま芋	豚ひき肉 みそ	なす にんじん たまねぎ 干しいたけ にら 長ねぎ キャベツ もやし 青ねぎ なし
火	9	麦入りごはん 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ	味噌汁 果物	米 米粒麦 砂糖 サラダ油 じゃが芋 オリーブ油	豚肩ロース みそ	たまねぎ にんじん コーン キャベツ もやし わかめ なし
郷土料理 栃木県	木 11	胚芽米ごはん さばの竜田揚げ かんぴょうのごま酢あえ煮	味噌汁 果物	胚芽精米 片栗粉 サラダ油 ごま 砂糖 ごま油	さば 油揚げ みそ	かんぴょう にんじん きゅうり だいこん えのきたけ りんご
水	17	胚芽米ごはん 魚の豆乳味噌焼き 切干大根の煮物	味噌汁 果物	胚芽精米 サラダ油 砂糖	かじき 豆乳 みそ 油揚げ	にんじん たまねぎ 青ねぎ 切干し大根 しめじ こまつな なし
木	25	胚芽米ごはん 鶏つくね煮 じゃこ入り煮びたし	味噌汁 果物	胚芽精米 片栗粉 サラダ油 砂糖 さつま芋	鶏ひき肉 ちりめんじゃこ みそ	たまねぎ キャベツ もやし さやいんげん だいこん こまつな なし
月	29	胚芽米ごはん 煮魚わかめ添え 青菜炒め	冬瓜と春雨のおつゆ 果物	胚芽精米 砂糖 サラダ油 はるさめ	かれい	わかめ にんじん コーン こまつな 干しいたけ とうがん 青ねぎ なし

* この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。