

9月のよていこんだて

★...除去食適応献立

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
ぶたミックスどん きゅうりのからしづけ みかん	ひやしラーメン あおのりポテト りんご	たきこみいなり みそしる ★かぼちゃのてんぷら	ごはん ピリカラすきやき さんまのたつたあげ ミニトマト	まめパン イタリアンスープ ★こうやどうふのフライ コールスローサラダ
白飯、豚肉、しょうが、厚揚げ、かたく り粉、小麦粉、玉ねぎ、たけのこ、にん じん、ピーマン、白ごま/きゅうり、白 ごま/冷凍みかん	ソフトラーメン、ハム、もやし、きゅ うり、ホールコーン、にんじん、白ご まむぎ/じゃがいも、青のり/りんご	米、おおむぎ、油揚げ、にんじん、干し いたけ、ひじき、白ごま、あまのり (焼きのり) /こまつな、たまぎた け、玉ねぎ/西洋かぼちゃ、小麦粉、全 卵	白飯/豚肉、焼き豆腐、しらたき、玉ね ぎ、はくさい、長ねぎ、たまぎたけ、白 すりごま、トウバンジャン、にんに く、しょうが、りんご/さんま、しょう が、小麦粉、かたくり粉/ミニトマト	豆パン/ベーコン、じゃがいも、玉ね ぎ、にんじん、ホールコーン、パセリ、 マカロニ/凍り豆腐、カレー粉、小麦 粉、白すりごま、全卵、パン粉、白ご ま/キャベツ、にんじん、ホールコー ン
9日	10日	11日	12日	13日
スープカレー フルーツミックス	パスタミートソース あさりのサラダ アイスクリーム	コーンピラフ ★チキンクラッカーあげ パインかん	ごはん さつまじる サバのソースやき おひたし 大谷地東小 スマイルハイキング	ソフトフランスパン レタス入りミネストローネ ブリカツ とうもろこし フードリサイクル レタス
白飯、鶏肉、じゃがいも、西洋かぼ ちゃ、さやいんげん、ぶなしめじ、玉 ねぎ、セロリー、りんご、しょうが、に んにく、カレー粉、トマト缶詰/みか ん缶詰、パイン缶詰、りんご缶詰、黄 桃缶詰、なし缶詰、なつみかん缶詰	ソフトパスタ、豚肉、大豆水煮、玉ね ぎ、にんじん、マッシュルーム、セロ リー、にんにく、しょうが、パセリ、小 麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマト ピューレ、トマト缶詰、デミグラス ソース、ウスターソース、中濃ソース /あさり、しょうが、きゅうり、キャ ベツ、にんじん、白ごま/アイスクリーム	米、おおむぎ、 <u>パター</u> 、ベーコン、玉 ねぎ、にんじん、ホールコーン、マッ シュルーム、パセリ/鶏肉、小麦粉、全 卵、パン粉、クラッカー/パイン缶詰	白飯/鶏肉、さつまいも、豆腐、板こん にやく、にんじん、だいこん、ごぼう、 長ねぎ、しょうが/さば切り身、しょ うが、小麦粉、かたくり粉、ウスター ソース、白ごま/こまつな、はくさい、 糸かつお	ソフトフランスパン/ベーコン、じゃ がいも、玉ねぎ、にんじん、レタス、マ カロニ、トマト缶詰、セロリー、ケ チャップ/ぶりカツ/とうもろこし
16日	17日	18日	19日	20日
 敬老の日 いつまでも元気で	ひやむぎ ごまポテト おうとうかん	ごもくごはん すましじる ★ぶりのなんぶあげ 大谷地小 開校記念日	ごはん けんちんじる ★ほっけのオートミールフライ のりとあさりのつくだに	ロールパン ポーククリームシチュー もやしのごまサラダ キウイフルーツ
	ソフト冷麦、油揚げ、干しいたけ、つ と、きゅうり、長ねぎ/じゃがいも、白 すりごま/黄桃缶詰	米、おおむぎ、鶏肉、油揚げ、しらた き、にんじん、ごぼう、たけのこ、ひ じき、干しいたけ、グリーンピース/そ うめん、つと、干しいたけ、長ねぎ、ほ うれんそう/ぶり切り身、小麦粉、全 卵、白ごま、黒ごま	白飯/鶏肉、豆腐、つきこんにやく、に んじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ/ ほっけ、小麦粉、全卵、オートミー ル、パン粉/あさり、しょうが、もみ り、ひじき、水あめ	ロールパン/豚肉、じゃがいも、玉ね ぎ、にんじん、パセリ、小麦粉、 <u>パ ター</u> 、牛乳、豆乳、 <u>チーズ</u> 、 <u>スキムミ ルク</u> /こまつな、もやし、ホールコー ン、にんじん、トウバンジャン、白す りごま/キウイフルーツ
23日	24日	25日	26日	27日
振替休日	しょうゆラーメン シナモンポテト みかん	さけごはん みそしる カレーコロッケ	ごはん とうふのトロトロに ししゃものピリカラあげ きよほう	よこわりバンズ あさりのチャウダー あげハンバーグ りんご
	ソフトラーメン、豚肉、メンマ、しょ うが、にんにく、つと、もやし、玉ね ぎ、にんじん、長ねぎ、ほうれんそう、 くきわかめ/さつまいも/冷凍みかん	米、おおむぎ、鮭フィレ、紅さけフィ レ、炊き込みわかめ、白ごま/厚揚げ、 こまつな/ポテトコロッケ (カレー 味)	白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、 にんじん、しょうが、にんにく、かた くり粉/カラフトししゃも (子持 ち)、かたくり粉、小麦粉、トウバン ジャン/ぶどう	横割バンズ/あさり、ベーコン、じゃ がいも、玉ねぎ、にんじん、パセリ、小 麦粉、 <u>パター</u> 、牛乳、豆乳、 <u>スキムミ ルク</u> 、 <u>チーズ</u> /ハンバーグ/りんご
30日	1日	2日	3日	4日
ピビンパブ あげぎょうざ こまつなスープ	にくうどん ごまだんご なし	ほうれんそうピラフ あげいわしハンバーグ ★フルーツサワー	ごはん スンドゥブチゲ あげポークシュウマイ きりぼしだいこんのナムル	ロールパン かぼちゃのポタージュ メンチカツ パインかん
白飯、豚肉、焼き豆腐、メンマ、長ね ぎ、しょうが、にんにく、トウバン ジャン、にんじん、ほうれんそう、も やし、白ごま/ぎょうざ/ベーコン、こ まつな、緑豆はるさめ、ホールコーン	ソフトめん、豚肉、油揚げ、つと、にん じん、ほうれんそう、長ねぎ、干しい たけ、たまぎたけ/白玉もち、黒すり ごま/梨	米、おおむぎ、 <u>パター</u> 、ベーコン、に んじん、玉ねぎ、にんにく、ホール コーン、ほうれんそう/いわしハン バーグ/みかん缶詰、パイン缶詰、黄 桃缶詰、なし缶詰、なつみかん缶詰、 <u>ヨーグルト</u>	白飯/豆腐、豚肉、しょうが、にんに く、トウバンジャン、あさり、にんじ ん、玉ねぎ、えのきたけ、にら/ポーク シュウマイ/切り干し大根、ほうれん そう、にんじん、ハム、白ごま、トウ バンジャン	ロールパン/ベーコン、西洋かぼ ちゃ、玉ねぎ、セロリー、パセリ、小麦 粉、 <u>パター</u> 、牛乳、豆乳、 <u>スキムミ ルク</u> 、 <u>チーズ</u> /メンチカツ/パイン缶詰