







2021年9月 献立表 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	水	ご飯 鶏からあげ ほうれん草白和え ミニトマト 味噌汁	オレンジ	ジャムサンド 牛乳	●米●鶏肉、小麦粉、しょうが、にんにく ●ほうれん草、糸こんにゃく、木綿豆腐、人参、ごま ●ミニトマト●じゃがいも、玉ねぎ、ねぎ●オレンジ ◆食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム
2	木	ご飯 魚香草パン粉焼き きんぴらごぼう チンゲン菜ツナ和え 味噌汁 	ぶどう	プレーンクッキー 牛乳	●米●鮭、パン粉、パセリ粉、粉チーズ ●ごぼう、人参、糸こんにゃく、ごま ●チンゲン菜、白菜、人参、ツナ ●キャベツ、木綿豆腐、なめこ●ぶどう ◆小麦粉、バター、スキムミルク
3	金	ご飯 お好み焼き 厚揚げ煮物 ゆでブロッコリー すまし汁	オレンジ	麩ラスク せんべい 牛乳	●米●豚ひき肉、お好み焼き粉、キャベツ、ねぎ かつお節、スキムミルク●厚揚げ●ブロッコリー ●人参、えのき、玉ねぎ ●オレンジ ◆おつゆ麩、バター◆星たべよ
4	土	冷やし中華 かぼちゃオープン焼き	バナナ	お楽しみお菓子 牛乳	●中華麺、焼き豚、コーン、きゅうり、焼き海苔 ●かぼちゃ●バナナ
5	日	 			
6	月	ご飯 魚コーンフレーク揚げ キャベツゆかり和え さつまいもサラダ スープ 	ぶどう	鮭わかめおにぎり お茶	●米●カラスカレイ、小麦粉、コーンフレーク ●キャベツ、人参、ゆかりふりかけ ●さつまいも、きゅうり、コーン ●玉ねぎ、ウインナー、木綿豆腐●ぶどう ◆米、鮭フレーク、わかめふりかけ、ごま
7	火	カレーライス ひじき和風和え チーズ	オレンジ	きな粉トースト 牛乳	●米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、カレールウ スキムミルク ●ひじき、小松菜、人参、ツナ、焼き海苔、かつお節 ●チーズ●オレンジ ◆食パン、きな粉、バター
8	水	わかめご飯 枝豆入りさつま揚げ 白菜ごま和え ちくわさくさく焼き 味噌汁	りんご	スイートポテト 牛乳	●米、わかめふりかけ●白身魚すり身、しょうが、人参 玉ねぎ、ごぼう、枝豆、スキムミルク ●白菜、人参、油揚げ、ごま ●ちくわ、パン粉●なめこ、木綿豆腐、ねぎ●りんご ●さつまいも、バター、スキムミルク
9	木	ご飯 鶏甘辛炒め もやしナムル かぼちゃサラダ スープ	バナナ	チーズ蒸しパン 牛乳	●米●鶏肉、しょうが●もやし、わかめ、人参、ごま ●かぼちゃ、きゅうり、コーン、ウインナー ●玉ねぎ、人参、小松菜●バナナ ◆ホットケーキミックス、チーズ、スキムミルク
10	金	ご飯 魚のポテトクリーム焼き 春雨酢の物 ゆでウインナー すまし汁	ぶどう	おからドーナツ 牛乳	●米●鮭、じゃがいも、玉ねぎ、人参 ●春雨、コーン、きゅうり、ごま●ウインナー ●大根、人参、ねぎ●ぶどう ◆ホットケーキミックス、おから、スキムミルク
11	土	中華丼 スープ	オレンジ	お楽しみお菓子 牛乳	●米、豚肉、白菜、しょうが、もやし、人参 ●木綿豆腐、えのき、わかめ●オレンジ
12	日	 			
13	月	ご飯 魚西京焼き チンゲン菜コーン和え ツナと大根のさつと煮 味噌汁	バナナ	ゼリー ビスケット お茶	●米●カラスカレイ、ごま●チンゲン菜、人参、コーン ●ツナ、大根●白菜、人参●バナナ ◆かんでんばば◆マリー
14	火	ご飯 とんかつ ちくわ磯辺焼き ころころサラダ すまし汁 	ぶどう	バタークッキー 牛乳	●米●豚肉、小麦粉、パン粉 ●ちくわ、青のり ●きゅうり、大豆、ミニトマト、ツナ ●人参、大根、木綿豆腐●ぶどう ◆小麦粉、バター、スキムミルク
15	水	ご飯 魚コーンマヨ焼き さつまいもレモン煮 わかめごま和え スープ	オレンジ	マシュマロフレーク 牛乳	●米●鮭、コーン、スキムミルク ●さつまいも、レモン果汁 ●わかめ、きゅうり、人参、ごま ●春雨、玉ねぎ、人参●オレンジ ◆マシュマロ、コーンフレーク、バター

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
16	木	ご飯 すき焼き風煮物 変わりおひたし 大根こんにやく甘辛炒め	バナナ	塩昆布おにぎり お茶	●米 ●牛肉、玉ねぎ、人参、焼き豆腐、ごぼう、麩、ねぎ ●ほうれん草、人参、ウインナー ●大根、板こんにやく●バナナ ◆米、塩昆布、ごま
17	金	ご飯 すり身フライ 高野豆腐煮物 小松菜ごま和え 味噌汁	ぶどう	メロンパントースト 牛乳	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、パン粉 スキムミルク ●高野豆腐●小松菜、人参、ごま ●キャベツ、油揚げ、なめこ●ぶどう ◆食パン、小麦粉、バター
18	土	焼きそば きゅうり浅漬け スープ	りんご	お楽しみお菓子 牛乳	●中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、玉ねぎ ピーマン●きゅうり●木綿豆腐、わかめ、コーン ●りんご
19	日	 			
20	月	敬老の日 			
21	火	ご飯 魚塩焼き ちくわカレー風味揚げ 春雨サラダ 味噌汁	梨	お月見団子 お茶	●米●鮭●ちくわ、カレー粉、てんぷら粉 ●春雨、人参、きゅうり、コーン、ごま ●玉ねぎ、かぼちゃ、人参●梨 ◆白玉粉、木綿豆腐、きな粉
22	水	ひじきの炊き込みご飯 タンドリーチキン フライドポテト ブロッコリーツナ和え スープ 一口ゼリー	/	バナナケーキ 牛乳	●米、ひじき、ツナ、ごま ●鶏肉、ヨーグルト、しょうが、にんにく、カレー粉 ●じゃがいも●ブロッコリー、ツナ、人参 ●わかめ、ウインナー、木綿豆腐●果汁100%ゼリー ◆ホットケーキミックス、バナナ、バター、スキムミルク ホイップクリーム
23	木	秋分の日 			
24	金	ハヤシライス 小松菜ときのこのソテー ひじきサラダ	りんご	ジャムサンドクラッカー 牛乳	●米●豚肉、人参、玉ねぎ、ハヤシルウ、スキムミルク● 小松菜、えのき、バター ●ひじき、人参、きゅうり、ごま ●りんご ◆いちごジャム、ルヴァンクラッカー
25	土	三色丼 味噌汁	オレンジ	お楽しみお菓子 牛乳	●米、鶏ひき肉、コーン、ほうれん草、焼き海苔 ●キャベツ、木綿豆腐、人参●オレンジ
26	日	 			
27	月	ご飯 回鍋肉 もやし中華和え じゃがマヨチーズ 味噌汁	バナナ	コーンフレーク 牛乳	●米●豚肉、人参、キャベツ、ピーマン ●もやし、きゅうり、人参、ごま ●じゃがいも、かつお節、チーズ ●えのき、厚揚げ、わかめ●バナナ ◆コーンフレーク
28	火	ご飯 魚カレー風味ムニエル かぼちゃ天ぷら 白菜塩昆布和え すまし汁	りんご	ツナマヨサンド 牛乳	●米●カラスカレイ(0~2歳児)、さば(3~5歳児) 小麦粉、カレー粉、バター●かぼちゃ、てんぷら粉 ●白菜、きゅうり、人参、塩昆布 ●木綿豆腐、玉ねぎ、ねぎ●りんご ◆食パン、ツナ
29	水	ゆかりご飯 豆腐の揚げ団子 五目豆煮物 小松菜ツナ和え 味噌汁	梨	プリン せんべい お茶	●米、ゆかりふりかけ●鶏ひき肉、木綿豆腐、人参 玉ねぎ●ひじき、大豆、ちくわ、板こんにやく、人参 ●小松菜、きゅうり、ツナ●大根、ごぼう、ねぎ●梨 ◆かんでんばば、スキムミルク◆塩せんべい
30	木	ご飯 魚味噌チーズ焼き スパゲティサラダ わかめ酢の物 スープ	オレンジ	きなこクッキー 牛乳	●米●カラスカレイ、チーズ ●スパゲティ、人参、コーン ●わかめ、きゅうり、しらす干し、ごま ●キャベツ、ウインナー、人参●オレンジ ◆小麦粉、バター、きな粉

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。