



Menu 2022.09.15-30 Ayame nursery school

日	曜	副 食	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
16	金	さつまいもの豆乳オムレツ 五色和え 枝豆 小松菜のグリーンスープ	ツナ缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、さつまいも、塩こしょう、卵、豆乳、牛乳、トマトケチャップ、きゃべつ、にんじん、ほうれんそう、もやし、ロースハム、しょうゆ、酢、三温糖、ごま、ごま油、えだまめ、こまつな、にんじん、バター(無塩)、じゃがいも、コンソメ	牛乳 オレンジ	スキムミルク きなこクリームサンド 
17	土	バーベキューチキン けんちん煮 パイン 南瓜のみそ汁	鶏肉、トマトケチャップ、中濃ソース、三温糖、豚肉、だいこん、にんじん、しめじ、木綿豆腐、しょうゆ、グリーンピース、パインアップル、かぼちゃ、たまねぎ、わかめ、しいたけ、麦みそ、煮干し、ほうれんそう	牛乳 リンゴ	スキムミルク ふわふわボーロ
20	火	白身魚のレモン焼き 具たくさん白和え ぶどう 呉汁	白身魚、三温糖、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、料理酒、レモン、じゃがいも、ほうれんそう、にんじん、板付かまぼこ、しらたき、ごま、木綿豆腐、米みそ、ぶどう、豚肉、だいこん、さつまいも、ささがきごぼう、だいず(水煮)、板こんにゃく、煮干し、麦みそ、こねぎ、サラダ油	牛乳 どうぶつビスケット	牛乳 プアマンケーキ 
21	水	パ ン の 日 ※すみれ・たんぼぼくみのおともだちは、おべんとうはいりません		牛乳 ハイハイ	牛乳 ひじきおにぎり 
22	木	千草焼き マカロニサラダ オレンジ ほうれん草のみそ汁	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、乾しいたけ、たけのこ、グリーンピース、卵、だし汁、料理酒、しょうゆ、みりん風調味料、サラダ油、マカロニ、にんじん、ホールコーン缶、きゅうり、マヨネーズ、ネーブル、ほうれんそう、たまねぎ、わかめ、しめじ、麦みそ、煮干し	牛乳 ビスコ	牛乳 りんごのコンポート 
24	土	鮭の黄金焼き 三色やさいのナムル キウイ ごぼうのみそ汁	鮭、塩こしょう、麦みそ、マヨネーズ、卵黄、ほうれんそう、もやし、にんじん、きゅうり、ごま(白)、鳥がらだし、うすくちしょうゆ、ごま油、三温糖、キウイフルーツ、ごぼう、たまねぎ、かぼちゃ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 梨	牛乳 チーズスカロップ 
26	月	豚肉のピカタ きゅうりとパプリカの酢の物 ミニトマト 厚揚げのみそ汁	豚肉、卵、小麦粉、パセリ、きゅうり、赤ピーマン、ちりめんじゃこ、わかめ、にんじん、酢、三温糖、うすくちしょうゆ、ごま(白)、ミニトマト、厚揚げ、たまねぎ、にんじん、わかめ、麦みそ、煮干し、ほうれんそう	牛乳 バターロール	スキムミルク フルーツゼリー 
27	火	ポークビーンズ 竹輪のいそべ揚げ 枝豆 きのこのスープ	豚肉、だいず、にんじん、たまねぎ、ピーマン、しめじ、じゃがいも、ホールトマト缶、コンソメ、三温糖、サラダ油、焼き竹輪、天ぷら粉、あおのり、えだまめ(冷凍)、えのきたけ、しいたけ、しめじ、たまねぎ、卵、こねぎ	牛乳 かつぱえびせん	牛乳 りんごとさつまいものマフィン 
28	水	冷やしうどん ビーンズサラダ オレンジ	オクラ、板付かまぼこ、わかめ、乾しいたけ、にんじん、煮干、かつお節、うすくちしょうゆ、こねぎ、うどん、ビーンズミックス、えだまめ(冷凍)、芽ひじき、にんじん、きゅうり、しょうゆ、三温糖、マヨネーズ、ネーブル	牛乳 ウエハース	牛乳 じゃがまる 
29	木	白身魚のフライ カラフルピーマンのじゃこ炒め パイン 人参のポタージュ	白身魚、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、ピーマン、黄ピーマン、赤ピーマン、しらす干し、みりん風調味料、料理酒、うすくちしょうゆ、ごま油、パインアップル、にんじん、バター(無塩)、たまねぎ、じゃがいも、豆乳、牛乳、コンソメ、パセリ	牛乳 キウイ	牛乳 おからクッキー 
30	金	かぼちゃのオムレツ 大根サラダ ぶどう オニオンスープ	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、卵、牛乳、トマトケチャップ、だいこん、きゅうり、にんじん、赤ピーマン、QP和風しょうゆごまドレッシング、ぶどう、たまねぎ、えのきたけ、グリーンピース、コンソメ	牛乳 リンゴ	牛乳 健康ヨーグルト

