



9月 給食献立表



2023年

日	曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ディスプレイ
1	金	非常食おにぎり ロングキープレッド 缶入りソフトパン 野菜ジュース	お茶 ぶた汁うどん	豚もも・油揚げ・甘みそ	アルファ化米・コッペパン・乾パン うどん	オレンジ飲料・大根・こぼろ・にんじん はくさい	幼児
2	土	マーボー丼 小松菜の胡麻和え たまねぎの味噌汁	牛乳 畑のクラッカー	普通牛乳・木綿豆腐・牛ひき肉 豚ひき肉・油揚げ・甘みそ	米・なたね油・かたくり粉・ごま油 砂糖・お仏入 レーカカ・ごま	たまねぎ・にんじん・にら・生しいたけ ごまつな・えのきたけ・キャベツ	幼児
4	月	米飯 鯖のみぞれ煮 ほうれん草と人参のしらす和え なすの味噌汁	牛乳 野菜スティック	まさほ・しらす干し・甘みそ・油揚げ 普通牛乳	米・薄力粉・なたね油・砂糖 ビスケット	大根・にんじん・ほうれん草・キャベツ なす・たまねぎ	幼児
5	火	米飯 肉じゃが 小松菜の梅じゃこ和え キャベツの味噌汁	牛乳 かぼちゃクッキー	豚ロース・しらす干し・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・スキムミルク	米・じゃがいも・砂糖・なたね油 薄力粉・無塩バター	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・ごまつな・梅干し・キャベツ 西洋かぼちゃ	幼児
6	水	サラダ冷麺 さつまいものレモン煮 鶏レバーの生妻煮 パナナ	お茶 そぼろおにぎり	豚もも・鶏肝臓・鶏ひき肉	中華めん・ごま油・砂糖・なたね油 ごま・さつまいも・有塩バター・米	レタス・りょくとうもやし・にんじん・トマト きゅうり・レモン・しょうが・パナナ・にんじん グリーンピース・スイートソ	離乳食
7	木	米飯 鮭のポテト焼き チーズサラダ キャベツとウィンナーのスープ オレンジ	牛乳 シリアルクッキー	豚ひき肉・鶏卵・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・じゃがいも・マヨネーズ・砂糖 なたね油・薄力粉・無塩バター コーンフレーク	パセリ・きゅうり・トマト・フロクコリー にんじん・キャベツ・たまねぎ・レタス パレンシアオレンジ・ブルー	幼児
8	金	米飯 シュウマイ 小松菜と焼き海苔のサラダ 卵とかんぴょうの味噌汁	牛乳 さつま芋羊羹	豚ひき肉・鶏卵・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・ごま油・かたくり粉・しゅうまいの皮 ごま・さつまいも・砂糖	しょうが・はくさい・乾しいたけ ほうれん草・ごまつな・にんじん りょくとうもやし・焼きのり・かんぴょう えのきたけ・寒天	幼児
9	土	鶏そぼろ丼 豆腐サラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 ポップコーン	普通牛乳・鶏ひき肉・木綿豆腐 甘みそ・油揚げ	なたね油・砂糖・米・ポップコーン	スイートソ・にんじん・グリーンピース・きゅうり ほうれん草・にんじん・西洋かぼちゃ たまねぎ	幼児
11	月	米飯 鯖のパン粉焼き ひじきの煮物 豆腐と野菜のすまし汁 梨	牛乳 チーズ春巻き	さほ・油揚げ・木綿豆腐・普通牛乳 プロセスチーズ・パルメザンチーズ	米・なたね油・かたくり粉・砂糖 しゅうまいの皮・パン粉	しょうが・西洋かぼちゃ・れんこん にんじん・ほしひしき・にんじん 唐きゅうり・たまねぎ・えのきたけ 日本なし・いんげん	幼児
12	火	米飯 高野豆腐と鶏肉の卵とじ 小松菜のこましらす和え 大根の味噌汁	牛乳 かぼちゃのチーズケーキ	凍り豆腐・鶏ひき肉・鶏卵・しらす 油揚げ・甘みそ・普通牛乳 クリームチーズ・おろしクリーム	米・砂糖・ごま・薄力粉	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・ごまつな・キャベツ・大根 わかめ・えのきたけ・西洋かぼちゃ	幼児
13	水	米飯 酢豚 桜エビのサラダ えのきたけわかめのすまし汁 オレンジ	牛乳 わらび餅	豚ばら・干しえび・普通牛乳・きな粉	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 マヨネーズ・焼きふ・わらび餅粉	しょうが・たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・たけのこ・フロクコリー キャベツ・ほうれん草・スイートソ えのきたけ・わかめ・パレンシアオレンジ	おひさま
14	木	米飯 カレシの野菜あんかけ 切り干し大根と昆布の煮物 じゃがいもの味噌汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	まかれい・豚かたロース・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・ヨーグルト	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 ごま油・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・えのきたけ チンゲンサイ・刻み昆布・切干しいんげん わかめ	幼児
15	金	米飯 チキンごぼろ かぼちゃサラダ 豆腐みそ汁	牛乳 カップゼリー	鶏もも・ロースハム・生揚げ 淡色辛みそ・豆乳・普通牛乳	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 マヨネーズ・さつまいも・ゼリー	ごぼろ・にんじん・たまねぎ・青ピーマン 西洋かぼちゃ・きゅうり・レタス・大根 ぶなしめじ	幼児
16	土	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 大根のそぼろ煮 小松菜の味噌汁	牛乳 ポップコーン	普通牛乳・豚かたロース・鶏ひき肉 油揚げ・甘みそ	米・なたね油・砂糖・かたくり粉 ポップコーン	にんじん・大根・ごまつな・たまねぎ	幼児
19	火	赤飯 鶏肉の唐揚げ 豆腐サラダ エノキのスープ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・鶏もも・木綿豆腐・普通牛乳 鶏卵・おろしクリーム	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 お餅・お餅・マーガリン・日本ぐり	きゅうり・ほうれん草・にんじん えのきたけ・キャベツ・たまねぎ	幼児
20	水	きのこご飯 鯖の塩麹焼き ひじきとほうれん草の納豆和え そうめんの味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト	油揚げ・鶏もも・まさほ・挽きわり納豆 しらす干し・かつお節・甘みそ 普通牛乳・ヨーグルト	米・塩麹・そうめん・ひやむぎ	生しいたけ・ほんしめじ・えのきたけ にんじん・ほうれん草・にんじん ほしひじき・たまねぎ・ネクター パレンシアオレンジ・日本なし・パナナ よかん単語・ハイソップル単語 しょうが・チンゲンサイ・にんじん えのきたけ・わかめ・たまねぎ・日本なし	なぎさ
21	木	米飯 鯖の竜田揚げ チンゲンサイと油揚げの胡麻和え えのきたけわかめの味噌汁 梨	牛乳 ミレービスケット	まあじ・油揚げ・甘みそ・普通牛乳	米・かたくり粉・なたね油・ごま・砂糖 焼きふ・ビスケット	しょうが・たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・たけのこ・フロクコリー キャベツ・ほうれん草・スイートソ えのきたけ・わかめ・パレンシアオレンジ	幼児
22	金	米飯 豆腐ナゲット ほうれん草サラダ さつま汁 パナナ	牛乳 ふのラスク	木綿豆腐・鶏ひき肉・鶏卵・甘みそ 普通牛乳・クリーム	米・かたくり粉・マヨネーズ さつまいも・焼きふ・砂糖・有塩バター	スイートソ・ほうれん草・キャベツ にんじん・ごぼろ・にんじん・たまねぎ パナナ	幼児
25	月	米飯 鯖の塩麹焼き 小松菜の白和え ぶた汁	牛乳 畑のクラッカー	へにさげ・木綿豆腐・油揚げ 豚かたロース・甘みそ・普通牛乳	米・塩麹・ごま・砂糖 お仏入 レーカカ	ごまつな・にんじん・大根・はくさい たまねぎ・ごぼろ	幼児
26	火	米飯 松茸焼き 野菜ときざみのりのサラダ きのこの味噌汁 オレンジ	牛乳 さつま芋の蒸しパン	鶏ひき肉・麦みそ・鶏卵・しらす干し 油揚げ・甘みそ・普通牛乳・鶏卵	米・車糖・パン粉・ごま油・砂糖 お餅・お餅・さつまいも	たまねぎ・葉ねぎ・あおのり・はくさい にんじん・きゅうり・焼きのり・なめこ えのきたけ・ぶなしめじ・乾しいたけ	幼児
27	水	お味・お・お・お 豆腐サラダ コーンスープ パナナ	牛乳 チーズカレーパン	豚ひき肉・牛ひき肉・木綿豆腐 低脂肪牛乳・スキムミルク・普通牛乳 プロセスチーズ	お餅・お餅・お餅・有塩バター オリブ油・なたね油・砂糖 かたくり粉・食パン	たまねぎ・にんじん・セロリ・にんにく トマト缶詰・きゅうり・ほうれん草 スイートソ単語・スイートソ・パナナ 西洋かぼちゃ	離乳食
28	木	お弁当	牛乳 ポテトチップ	普通牛乳	ポテトチップス		幼児
29	金	米飯 鯖の西京焼き 白菜としらすの酢の物 さつま芋とかぼちゃの味噌汁	牛乳 マカロンきな粉	さむら・甘みそ・しらす干し・油揚げ 普通牛乳・きな粉	米・砂糖・さつまいも お餅・お餅	はくさい・にんじん・西洋かぼちゃ たまねぎ	幼児
30	土	ハヤシライス 野菜サラダ オレンジ	牛乳 ミレービスケット	普通牛乳・牛もも	米・なたね油・かたくり粉・砂糖 ビスケット	たまねぎ・にんじん・レタス・きゅうり フロクコリー・パレンシアオレンジ トマト	幼児
2	月	米飯 焼き鯖の煮付け チンゲンサイと桜エビの胡麻和え 白菜の味噌汁 オレンジ	牛乳 ヨーグルトパン	まさほ・油揚げ・さくらえび・甘みそ 普通牛乳・ヨーグルト・スキムミルク	米・砂糖・ごま・ごま油・お餅・お餅 なたね油・粉糖	たまねぎ・しょうが・チンゲンサイ りょくとうもやし・はくさい・えのきたけ パレンシアオレンジ・ブルー	幼児
3	火	米飯 鶏肉と大根の照り煮 フロクコリーの胡麻和え ほうれん草と厚揚げの味噌汁	牛乳 レモンケーキ	鶏もも・生揚げ・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳・スキムミルク・鶏卵 クリーム・おろしクリーム	米・薄力粉・なたね油・砂糖・ごま 無塩バター・粉糖	大根・にんじん・グリーンピース・フロクコリー 大根・たまねぎ・ほうれん草 ぶなしめじ・レモン	幼児
4	水	米飯 おでん チンゲン菜の胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 きな粉クッキー	焼き竹輪・鶏卵・生揚げ 豚かたロース・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・きな粉	米・じゃがいも・砂糖・ごま・薄力粉 無塩バター	大根・みつし昆布・チンゲンサイ キャベツ・にんじん・なめこ・たまねぎ	おひさま

※献立は、都合により変更することがあります。
 ※延長保育のおやつは、基本は市販のおやつを使用しています。
 ※早迎えの際の市販のおやつをご希望の方は、給食室に取りに来てください。