

9月

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
1	火	ビビンバ丼 かぼちゃのサラダ 中華スープ お茶	△精白米 ○ぶたひき肉 □たまねぎ □しょうが △砂糖 □りよくとうもやし □にんじん □ほうれんそう △ごま油 △砂糖 □かぼちゃ △じゃがいも □きゅうり □にんじん △マヨドレ □乾わかめ □たまねぎ	ギンビスアスパラガス 牛乳(午前おやつ) ココアトースト 牛乳(おやつ)	△ギンビスアスパラ ○牛乳 △食パン △ソフトマーガリン □ピュアココア △砂糖 ○牛乳
2	水	ごはん 高野豆腐のふわふわ煮 じゃこサラダ 麩のみそ汁 お茶	△精白米 ○凍り豆腐 □干ししいたけ □にんじん □たまねぎ ○鶏卵 △砂糖 □きゅうり □にんじん □りよくとうもやし ○しらす干し △ごま油 △砂糖 △サラダ油 △いりごま △麩 □ほうれんそう ○淡色辛みそ	甘辛せんべい 牛乳(午前おやつ) マカロニきな粉 牛乳(おやつ)	△アンパンマンのソフトせんべい ○牛乳 △マカロニ ○きな粉 △砂糖 ○牛乳
3	木	カレーライス 切干大根サラダ コンソメスープ ヨーグルト お茶	△精白米 ○豚肉こま切れ □たまねぎ △じゃがいも □にんじん △サラダ油 △カレールウ □切干しだいこん □にんじん □こまつな △砂糖 △ごま油 □チンゲンサイ □えのきたけ △砂糖 ○ヨーグルト	塩せんべい お茶 シュガーラスク 牛乳(おやつ)	△ほしたべよ △フランスパン △グラニュー糖 △ソフトマーガリン ○牛乳
4	金	食パン ハンバーグ キャベツのツナマヨサラダ ポテトスープ 牛乳(昼食用)	△食パン ○ぶたひき肉 □たまねぎ △パン粉 ○脱脂粉乳 △砂糖 □トマトケチャップ □キャベツ □にんじん □きゅうり ○ツナフレーク △マヨドレ △じゃがいも □たまねぎ □パセリ ○牛乳	ギンビスアスパラガス 牛乳(午前おやつ) ごへいもち風おにぎり お茶	△ギンビスアスパラ ○牛乳 △精白米 ○淡色辛みそ △砂糖
5	土	五目あんかけ丼 豆腐のみそ汁 フルーチェ(いちご) お茶	△精白米 ○豚肉こま切れ □たまねぎ □にんじん □青ピーマン □干ししいたけ △サラダ油 △砂糖 △片栗粉 □しょうが □にんにく ○木綿豆腐 □乾わかめ ○淡色辛みそ □フルーチェ ○牛乳	甘辛せんべい お茶 バウムクーヘン せんべい お茶(午後)	△アンパンマンのソフトせんべい △バウムクーヘン △ぱりんこ
7	月	ごはん さわらのバーベキューソース トマトサラダ かぼちゃのみそ汁 お茶	△精白米 ○さくら △薄力粉 △サラダ油 □りんご □たまねぎ □しょうが □にんにく △砂糖 □トマト □たまねぎ □きゅうり ○プロセスチーズ △サラダ油 △砂糖 □かぼちゃ □根深ねぎ ○淡色辛みそ	塩せんべい 牛乳(午前おやつ) じゃがいもおやき 牛乳(おやつ)	△ほしたべよ ○牛乳 △じゃがいも ○しらす干し □あおさ △サラダ油 △片栗粉 ○牛乳
8	火	ごはん 回鍋肉 マカロニサラダ 油揚げのみそ汁 お茶	△精白米 ○豚肉こま切れ □キャベツ □青ピーマン □たまねぎ □なす □にんじん △サラダ油 ○淡色辛みそ △砂糖 △ごま油 △マカロニ ○ロースハム □にんじん □きゅうり △マヨドレ ○油揚げ □たまねぎ ○淡色辛みそ	ギンビスアスパラガス ドリンクヨーグルト きな粉揚げパン 牛乳(おやつ)	△ギンビスアスパラ ○ドリンクヨーグルト △ロールパン ○きな粉 △砂糖 △サラダ油 ○牛乳

9月

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
9	水	スパゲティミートソース れんこんのサラダ きのこのスープ お茶	△スパゲティ ○ぶたひき肉 □たまねぎ □にんじん □青ピーマン △サラダ油 □トマトケチャップ △砂糖 ○バルメザンチーズ □れんこん □キャベツ □きゅうり □スイートコーン ○ロースハム △マヨドレ □ぶなしめじ □えのきたけ △砂糖	甘辛せんべい 牛乳(午前おやつ) わかめおにぎり お茶	△アンパンマンのソフトせんべい ○牛乳 △精白米 △わかめごはん ○¥¥/リ お茶
10	木	ごはん ささみフライ ひじきの炒め煮 みそ汁(なす) お茶	△精白米 ○若鶏ささ身 △パン粉 △薄力粉 △マヨドレ △砂糖 △サラダ油 □乾ひじき ○大豆水煮 ○油揚げ □にんじん △しらたき △サラダ油 △砂糖 □なす □根深ねぎ ○淡色辛みそ	塩せんべい お茶 キャラットケーキ 牛乳(おやつ)	△ほしたべよ △薄力粉 □にんじん △砂糖 △ソフトマーガリン ○牛乳 △粉糖 ○牛乳
11	金	ごはん 肉じゃが 青菜のおかか和え 切干大根のみそ汁 お茶	△精白米 △じゃがいも ○豚肉こま切れ □たまねぎ □にんじん △しらたき △砂糖 △サラダ油 □りょくとうもやし □ほうれんそう □にんじん ○かつお節 □切干しだいこん □乾わかめ ○淡色辛みそ	ギンビスアスパラガス 牛乳(午前おやつ) スティックパン 牛乳(おやつ)	△ギンビスアスパラ ○牛乳 △スティックパン ○牛乳
12	土	チャーハン 豆腐スープ 桃のヨーグルト お茶	△精白米 ○ウインナーソーセージ □にんじん □たまねぎ □グリーンピース △ごま油 ○木綿豆腐 □たまねぎ ○プレーンヨーグルト □もも缶詰 △砂糖	甘辛せんべい お茶 今川焼(こしあん) せんべい お茶(午後)	△アンパンマンのソフトせんべい △今川焼 △ぱりんこ
14	月	ごはん 鶏のつくね焼 ビーフンの炒め物 さつまいものみそ汁 お茶	△精白米 ○鶏ひき肉 ○木綿豆腐 □たまねぎ □根深ねぎ △片栗粉 △砂糖 △片栗粉 △ビーフン ○豚肉こま切れ □りょくとうもやし □にんじん □青ピーマン △ごま油 △さつまいも □たまねぎ ○淡色辛みそ	塩せんべい 牛乳(午前おやつ) フライドポテト 牛乳(おやつ)	△ほしたべよ ○牛乳 △フライドポテト・シュースト △サラダ油 ○牛乳
15	火	マーボー豆腐丼 三色ナムル(ほうれん草) 中華風卵スープ お茶	△精白米 ○木綿豆腐 ○ぶたひき肉 □根深ねぎ □にんじん □しょうが □にんにく △サラダ油 △砂糖 ○淡色辛みそ △片栗粉 △ごま油 □ほうれんそう □にんじん □りょくとうもやし △砂糖 △ごま油 ○鶏卵 □たまねぎ △いりごま	ギンビスアスパラガス 牛乳(午前おやつ) フルーチェ(ピーチ) せんべい お茶	△ギンビスアスパラ ○牛乳 □フルーチェ ○牛乳 △ぱりんこ
16	水	ごはん 豚肉と大根の煮物 ブロッコリーの香りและ 小松菜のみそ汁 お茶	△精白米 ○豚肉こま切れ □だいこん ○生揚げ □にんじん △砂糖 □ブロッコリー □きゅうり □にんじん △砂糖 △ごま油 □こまつな □たまねぎ ○淡色辛みそ	甘辛せんべい 牛乳(午前おやつ) ジャムサンド 牛乳(おやつ)	△アンパンマンのソフトせんべい ○牛乳 △食パン □いちごジャム ○牛乳

○：赤 △：黄 □：緑 ★：除去対象食品

9月

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
17	木	きのこのハヤシライス きゃべつのゴママヨドレ和え コンソメスープ フルーツヨーグルト お茶	△精白米 ○豚肉こま切れ □たまねぎ △じゃがいも □ぶなしめじ □マッシュルーム水煮缶詰 □にんじん △ハヤシルウ □キャベツ □にんじん ○焼き竹輪 △いりごま △マヨドレ □チンゲンサイ □スイートコーン △砂糖 ○プレーンヨーグルト □みかん缶詰 □もも缶詰 △砂糖	塩せんべい お茶 カステラ 牛乳(おやつ)	△ほしたべよ △カステラ ○牛乳
18	金	食パン タンドリーチキン スパゲティーサラダ コーンスープ 牛乳(昼食用)	△食パン ○鶏もも □にんにく ○プレーンヨーグルト □トマトケチャブ △スパゲティ ○ロースハム □にんじん □きゅうり △マヨドレ □コーン缶詰クリーム □うらごしコーン □たまねぎ ○牛乳 ○牛乳	ギンビスアスパラガス 牛乳(午前おやつ) 塩昆布おにぎり お茶	△ギンビスアスパラ ○牛乳 △精白米 □塩昆布 △ごま油
19	土	豚の生姜焼き丼 豆腐のみそ汁 フルーチェ(ピーチ) お茶	△精白米 ○豚肉こま切れ □たまねぎ □にんじん □しょうが △砂糖 △サラダ油 ○木綿豆腐 □乾わかめ ○淡色辛みそ □フルーチェ ○牛乳	甘辛せんべい お茶 クリームパン せんべい お茶(午後)	△アンパンマンのソフトせんべい △クリームパン △ぱりんこ
24	木	ごはん 鮭のコーンマヨドレ焼き 切干大根の煮物 すまし汁 お茶	△精白米 ○さけ △マヨドレ □コーン缶詰クリーム □切干しだいこん □干しいたけ ○油揚げ □にんじん △砂糖 △サラダ油 ○蒸しかまぼこ □根深ねぎ	塩せんべい お茶 ビスケット チーズ 牛乳(おやつ)	△ほしたべよ △たべっこどうぶつ ○給食用ベビーチーズプラス ○牛乳
25	金	<リクエストメニュー> 肉野菜塩ラーメン コロッケ ぶどうゼリー お茶	△中華めん ○豚肉こま切れ □キャベツ □にんじん □たまねぎ □りょくとうもやし □こまつな □しょうが △ごま油 △ポテトコロッケ △サラダ油 △グレープゼリーの素	ギンビスアスパラガス 牛乳(午前おやつ) スイスロール 牛乳(おやつ)	△ギンビスアスパラ ○牛乳 △スイスロール △粉糖 □みかん缶詰 ○牛乳
26	土	マーボー豆腐丼 わかめスープ みかんヨーグルト お茶	△精白米 ○木綿豆腐 ○ぶたひき肉 □根深ねぎ □にんじん □しょうが □にんにく △サラダ油 △砂糖 ○淡色辛みそ △片栗粉 △ごま油 □乾わかめ □たまねぎ ○プレーンヨーグルト □みかん缶詰 △砂糖	甘辛せんべい お茶 クレープ せんべい お茶(午後)	△アンパンマンのソフトせんべい △イチゴクレープ △ぱりんこ
28	月	ごはん 厚揚げとなすのそぼろ煮 マロニーサラダ きゃべつのみそ汁 お茶	△精白米 ○生揚げ ○ぶたひき肉 △じゃがいも □たまねぎ □にんじん □なす △サラダ油 △砂糖 △片栗粉 □きゅうり □にんじん ○マロニー △ごま油 △砂糖 □キャベツ □根深ねぎ ○淡色辛みそ	塩せんべい ドリンクヨーグルト お麩ラスク 牛乳(おやつ)	△ほしたべよ ○ドリンクヨーグルト △麩 △砂糖 △ソフトマーガリン △サラダ油 ○牛乳

9月

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
29	火	カレーうどん きゅうりのごま酢 バナナ お茶	△ゆでうどん ○豚肉こま切れ □たまねぎ □にんじん □根深ねぎ △カレールウ △片栗粉 □きゅうり □りょくとうもやし □乾わかめ △砂糖 △すりごま □バナナ	ギンビスアスパラガス 牛乳(午前おやつ) 青菜おにぎり お茶	△ギンビスアスパラ ○牛乳 △精白米 □あおなふりかけ ○特ノ お茶
30	水	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツとチーズサラダ 高野豆腐のみそ汁 お茶	△精白米 ○豚肉こま切れ □たまねぎ □にんじん △砂糖 △サラダ油 □キャベツ □にんじん □きゅうり ○プロセスチーズ △マヨドレ ○凍り豆腐 □こまつな ○淡色辛みそ	甘辛せんべい 牛乳(午前おやつ) 大学芋 牛乳(おやつ)	△アンパンマンのソフトせんべい ○牛乳 △さつまいも △サラダ油 △砂糖 △いりごま ○牛乳

○：赤 △：黄 □：緑 ★：除去対象食品

	1歳児 - kcal	2歳児 g	脂質 g	加減 g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	540	20.4	15.7	211	2	167	0.34	0.32	22	3.3	2.1
3才未満児	445	16.5	13.8	200	1.6	133	0.26	0.29	16	2.4	1.6

☆リクエストメニューは25日（金）です。
☆献立は都合により変更することがあります。