



日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2 月	ごはん 白菜のチャプチェ しめじの味噌汁 オレンジ 牛乳	米/砂糖/酒/ごま油 揚げビシケット	豚もも肉/オイスター ソース/木綿豆腐/ カットわかめ/かつお 節(だし用)/みそ/牛 乳	しょうゆ/はくさい/にん じん/青ピーマン/ねぎ/ ぶなしめじ/玉葱/オレ ンジ	揚げビシケット 牛乳
3 火	ごはん ふりかけ ミートソースのトマトスープ スパゲティサラダ グレープフルーツ 牛乳	米/酒/かたくり粉/ じゃがいも/砂糖/ス パゲティ/みりん	すこやかふりかけ/豚 ひき肉/若鶏ひき肉/ 鶏がらスープの素/ツ ナ/牛乳	食塩/にんじん/玉葱/トマト缶 (カット)/トマトケチャップ/グ リンピース/きゅうり/コン 缶詰(赤)/しょうゆ/グレープ フルーツ/しょうが	鶏そぼろおにぎり
4 水	ごはん もずく丼 いも煮 ぶどう 牛乳	米/油/みりん/砂糖 /かたくり粉/さい も/板こんにやく/酒 /ホットケーキミッ クス	もずく(塩蔵、塩抜き)/ 豚ひき肉/牛肉(もも) /牛肉(バラ)/かつお 節(だし用)/牛乳/牛 乳	しょうが/玉葱/にんじん/青 ピーマン/コン缶詰(赤)/ しょうゆ/ごぼう/ぶなしめじ/ しいたけ/ねぎ/食塩/ぶどう いちごジャム	いちご蒸しパン
5 木	ごはん さばの塩焼き ひじき煮 ほうれん草のスープ オレンジ 牛乳	米/糸こんにやく/油 /酒/砂糖/みりん	ひと塩さば/さつま揚 げ/ロングウイナー /鶏がらスープの素/ 牛乳/調整豆乳	にんじん/グリーンピース (冷凍)/しょうゆ/ほうれ んそう/玉葱/食塩/オレ ンジ	豆乳ココアプリン
6 金	ごはん チキンカレー イタリアンサラダ(卵) バナナ 牛乳	米/じゃがいも/油/ カレールウ/オリーブ 油/酢/砂糖	若鶏もも肉/ロースハ ム(卵)/ダイスプロセ スチーズ/牛乳	にんにく/しょうが/玉葱/ にんじん/トマト缶(カット) /グリーンピース(冷凍)/キャ ベツ/きゅうり/食塩/バナ ナ	バナナッ らいおん組 リクエスト献立
7 土	ピピンバ井 キャベツのスープ バナナ 牛乳	米/酒/砂糖/油/ご ま油/白ごま(いり)/ ビスコ(クリームビス コ)	豚もも肉/鶏がらス ープの素/牛乳	にんにく/しょうが/しょ うゆ/ほうれんそう/もや し/にんじん/食塩/キャ ベツ/玉葱/青ねぎ/バナ ナ	ビスコ
9 月	ごはん 春巻き ポイルキャベツ なすの味噌汁 バナナ 牛乳	米/油	具がたっぷり中華春巻 き/若鶏もも肉/油揚 げ/かつお節(だし用) /みそ/牛乳	キャベツ/きゅうり/赤 ピーマン/中濃ソース/な す/玉葱/にんじん/バナ ナ/菜めし	菜めしおにぎり
10 火	ごはん ホー豆腐 わかめスープ オレンジ 牛乳	米/砂糖/酒/ごま油 /かたくり粉/ホット ケーキミックス	豚ひき肉/木綿豆腐/み そ/オイスターソース/カ ットわかめ/鶏がらス ープの素/牛乳/ロングウ イナー	にんにく/しょうが/にら/ねぎ /干し椎茸/えのきたけ/にん じん/玉葱/食塩/しょうゆ/オレ ンジ/コン缶詰(赤)/パセリ	ウイナー蒸しパン
11 水	ごはん ゆかりorごま塩 ホワイトシチュー きゅうりサラダ キウイフルーツ 牛乳	米/ごま塩/じゃがい も/油/シチュール ウ(クリーム)/オリ ブ油/酢/砂糖/マカ ロニ	若鶏むね肉/牛乳/ツ ナ/牛乳/きな粉(大 豆)	ゆかり/玉葱/にんじん/ ぶなしめじ/パセリ/き ゅうり/キャベツ/コン 缶詰(赤)/食塩	マカロニあべかわ
12 木	ふりかけごはん 骨なしチキンバー ミートソースのペン ネ ブロッコリー 中華風コーンス ープ フルーツヨーグル ト、ジュース	米/油/マカロニ/オ リーブ油/砂糖/マヨ ドレ/かたくり粉	すこやかふりかけ/骨な しチキンバー(卵)/牛ひき 肉/豚ひき肉/鶏がらス ープの素/若鶏もも肉/ヨー グルト(全脂無糖)/牛乳	にんにく/玉葱/にんじん/トマト 缶(カット)/トマトケチャップ/中 濃ソース/しょうゆ/食塩/ブロッ コリー/とうもろこし缶詰(赤)/チ ンゲンサイ/ねぎ/みかん缶詰/AP Mの完熟りんご・ぶどうとりご ・みかんのミックス	シューロール(卵) 牛乳
13 金	五目納豆丼(卵) 味噌野菜スープ グレープフルーツ 牛乳	米/油/ごま油/卵 /卵ぼろ	たまご/花かつお/豚 もも肉/みそ/鶏がら スープの素/牛乳/ヤ クルト	ほうれんそう/青ねぎ/しょ うゆ/にんにく/干し椎茸/ 玉葱/にんじん/キャベツ/ もやし/にら/グレープフ ルーツ	たまごボーロ(卵) ヤクルト
14 土	中華丼 レタススープ バナナ 牛乳	米/油/砂糖/かた くり粉	豚もも肉/鶏がらス ープの素/オイスター ソース/若鶏もも肉/ 牛乳	にんにく/しょうが/たけのこ (水煮)/にんじん/はくさい/チ ンゲンサイ/きくらげ(乾)/食塩 /しょうゆ/レタス/玉葱/コ ン缶詰(赤)/バナナ	うず焼きせんべい(塩)
17 火	ごはん 高野豆腐のふわふわ煮 キャベツのナムル グレープフルーツ 牛乳	米/砂糖/みりん/酒 /酢/ごま油/白ごま (いり)/フルーチェ(イ チゴ・ミックスベリー・ミ ックス・ミックスレゾ)	高野豆腐/若鶏もも肉 /かつお節(だし用)/ ちくわ/牛乳/牛乳	えのきたけ/ぶなしめじ/ にんじん/玉葱/三つ葉/ しょうゆ/キャベツ/もや し/グレープフルーツ	フルーチェバイキング (572・572A・572B・572C・572D・572E・572F・572G・572H・572I・572J・572K・572L・572M・572N・572O・572P・572Q・572R・572S・572T・572U・572V・572W・572X・572Y・572Z)

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
18 水	ごはん 肉豆腐 菊のごま酢和え バナナ 牛乳	米/油/砂糖/酒/白 ごま(すり)/酢/みり ん	豚もも肉/木綿豆腐/ ちくわ/みそ/牛乳/ 芽ひじき(乾燥)	玉葱/こまつな/にんじん /しょうゆ/ほうれんそう /きくの花/きくの花 (紫)/バナナ/ゆかり	しそひじきおにぎり
19 木	ごはん ハヤシライス マカロニサラダ キウイフルーツ 牛乳	米/じゃがいも/油/ ハヤシルウ/マカロニ /マヨドレ/砂糖/ まーるいた焼き(卵) /油	豚もも肉/ツナ/牛乳	にんにく/玉葱/にんじん/グ リンピース(冷凍)/トマトケ チャップ/中濃ソース/き ゅうり/コン缶詰(赤)/し ょうゆ	たこ焼き(卵)



チャイルドフェスティバル



21 土	そぼろ丼 もやし味噌汁 オレンジ 牛乳	米/酒/みりん/砂糖 /かたくり粉/黒糖み るく	若鶏ひき肉/油揚げ/ かつお節(だし用)/み そ/牛乳	玉葱/にんじん/青ねぎ/ しょうゆ/もやし/ねぎ/ オレンジ	黒糖みるく
24 火	ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜の味噌汁 ぶどう 牛乳	米/酒/油/みりん/も ち米/砂糖	豚もも肉/木綿豆腐/ かつお節(だし用)/み そ/牛乳/きな粉(大 豆)	しょうゆ/しょうが/玉葱 /青ピーマン/にんじん/ こまつな/えのきたけ/ね ぎ/ぶどう	きな粉おぼき
25 水	わかめご飯 ハムチーズフラ イ ブロッコリー フライドポテト 人参と白滝のシリ シリ ヨーグルト	米/油/マヨドレ/スマ イルポテト/油/糸こんに やく/ごま油/酒/みり ん/白ごま(いり)/厚切 りカットパウム(卵)	ベストサンド/ツナ/ 鶏がらスープの素/ソ ール元気ヨーグル ト/牛乳	中濃ソース/ブロッコ リー/にんじん/青ピー マン/しょうが/にんに く	厚切りカットパウム(卵) 牛乳
26 木	ごはん 鮭の塩焼き キャベツのゆかり和 え 豆腐味噌汁 オレンジ 牛乳	米/パピコ	ひと塩鮭/ちくわ/木 綿豆腐/油揚げ/カ ットわかめ/かつお節 (だし用)/みそ/牛乳	キャベツ/もやし/き ゅうり/ゆかり/玉葱/ えのきたけ/オレンジ	パピコ(チョココー ヒー)
27 金	ごはん 鶏肉の唐揚げ ブロッコリー ミニトマト 春雨スープ 牛乳	米/酒/かたくり粉/ 油/マヨドレ/ごま油 /食パン	若鶏もも肉/鶏がら スープの素/牛乳	しょうが/しょうゆ/ブロッ コリー/ミニトマト/たけ のこ(水煮)/にんじん/干 し椎茸/青ねぎ/食塩/ りんごジャム/いちご ジャム/ブルーベリー ジャム	サンドイッチバイキン グ(イコ・フルーリー・ リコ)
28 土	豚丼 わかめ味噌汁 バナナ 牛乳	米/糸こんにやく/砂 糖/酒/みりん/ばか うけ	豚もも肉/かつお節 (だし用)/カットわか め/木綿豆腐/みそ/牛 乳	玉葱/にんじん/えの きたけ/グリーンピー ス(冷凍)/しょうゆ/ ぶなしめじ/ねぎ/ バナナ	ほかうけ
30 月	ごはん 白身魚フライ ポイルキャベツ じゃが芋味噌汁 グレープフルーツ 牛乳	米/油/マヨドレ/砂 糖/じゃがいも	白身魚フライ/油揚げ /かつお節(だし用)/ みそ/牛乳/ヨーグル ト(全脂無糖)	玉葱/レモン(果汁、生)/食 塩/パセリ/キャベツ/き ゅうり/赤ピーマン/中 濃ソース/ぶなしめ じ/にんじん/ねぎ/グ レープフルーツ/バナ ナ	バナナヨーグル ト



<9月の給食献立目標>

たくさん運動して、好き嫌いせずに残さず食べましょう!!

<旬の食材> かぼちゃ・さつまいも・さといも・くり・とうがんときのこ類
梨・ぶどう・いちじく・鮭・かつお等



行事等により、予定献立が急遽変更になることがあります。



は誕生会、



はおやつバイキングのマークです。

月平均栄養価	エネルギー	573 kcal	タンパク質	20.8 g
	脂質	17.5 g	食塩相当量	1.8 g