



2024年 9月 給食献立表 幼児(3歳以上児)



日	曜日	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
2	月	ご飯 鶏肉のトマト煮 野菜のマリネ 豆腐とわかめの味噌汁	青のりおおかおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	鶏もも肉・木綿豆腐 みそ・牛乳・レバー かつお節・煮干し	米・砂糖・ごま オリーブ油	にんにく・トマト缶・玉ねぎ・なす ズッキーニ・ピーマン・パプリカ きゅうり・かぼちゃ・キャベツ わかめ・青のり・パセリ・生姜
3	火	ご飯 さばの醤油こうじ焼き もやしの彩り和え えのきの味噌汁 バナナ	れんこんとさつま芋の素揚げ 牛乳	さば・卵・みそ 牛乳・煮干し	米・米こうじ・砂糖 油・ごま油・ごま さつま芋・麩	バナナ・生姜・もやし・人参・えのき 小松菜・きゅうり・れんこん
4	水	食パン フライドチキン おから入りポテトサラダ BLTスープ	こぎつねおにぎり 牛乳	鶏もも肉・おから 牛乳・油揚げ かつお節	食パン・片栗粉・砂糖 油・小麦粉・じゃが芋 マヨネーズ・米	人参・きゅうり・コーン・レタス 玉ねぎ・トマト・パセリ
5 ・ 19	木	ご飯 豚肉のカレー炒め しらすときゅうりの酢の物 小松菜とさつま芋の味噌汁 バナナ	クリームコーンマカロニ 牛乳	豚もも肉・しらす みそ・牛乳・煮干し	米・小麦粉・油 砂糖・さつま芋 マカロニ	玉ねぎ・人参・ピーマン・きゅうり もやし・小松菜・バナナ・しめじ パセリ・クリームコーン缶
6	金	麻婆なす丼 ほうれん草とコーンのソテー 中華スープ オレンジ	きな粉サンド 牛乳	豚ひき肉・みそ 厚揚げ・牛乳・きな粉	米・油・砂糖 ごま油・バター・ごま 食パン・片栗粉	なす・人参・長ねぎ・にんにく 生姜・ほうれん草・コーン 玉ねぎ・まいたけ・オレンジ
7 ・ 21	土	カラフルピラフ ツナサラダ オニオンスープ	手作りふりかけおにぎり 牛乳	豚ひき肉・ツナ・牛乳 鶏もも肉・かつお節 煮干し	米・油・バター 砂糖・ごま	玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン キャベツ・きゅうり・わかめ・青のり パセリ
9	月	ご飯 厚揚げの野菜あんかけ 大根とわかめの中華和え 麩の味噌汁 グレープフルーツ	お好み焼き 牛乳	厚揚げ・みそ・牛乳 卵・豚ひき肉 かつお節・煮干し	米・砂糖・ごま油 片栗粉・さつま芋・麩 小麦粉・油 マヨネーズ	玉ねぎ・人参・しいたけ・小松菜 大根・きゅうり・わかめ・キャベツ グレープフルーツ・青のり
10 ・ 24	火	ご飯 和風ハンバーグ 根菜ひじきサラダ なすの味噌汁	青菜としらすのおにぎり 牛乳	豚ひき肉・卵 油揚げ・みそ・牛乳 かつお節・しらす 煮干し	米・油・パン粉 ごま・砂糖・バター 片栗粉・マヨネーズ	玉ねぎ・しめじ・エリンギ・ひじき ごぼう・れんこん・人参・切干大根 コーン・なす・もやし・小松菜
11 ・ 25	水	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ煮 わかめのすまし汁 なし	マドレーヌ 牛乳	鮭・みそ・木綿豆腐 牛乳・卵・かつお節	米・砂糖・バター 小麦粉	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし かぼちゃ・わかめ・長ねぎ・なし
12 ・ 26	木	和風ポークカレーライス 豆腐サラダ 切干大根の味噌汁 グレープフルーツ	バナナヨーグルト 麦茶	豚もも肉・木綿豆腐 みそ・ヨーグルト かつお節	米・じゃが芋・油 小麦粉・砂糖・ごま油	玉ねぎ・人参・にんにく・生姜 りんご・ケチャップ・キャベツ きゅうり・コーン・切干大根 ほうれん草・バナナ・レーズン グレープフルーツ
13 ・ 27	金	ご飯 鶏のごま味噌焼き 五目納豆 さぶ汁	ココアクッキー 牛乳	鶏もも肉・みそ 納豆・しらす・牛乳 かまぼこ・煮干し	米・砂糖・ごま じゃが芋・小麦粉 バター	生姜・小松菜・しいたけ・人参 かぼちゃ・大根・長ねぎ・ごぼう
14 ・ 28	土	鶏肉丼 青菜とコーンのおひたし しめじの味噌汁	おおかチャーハン 牛乳	鶏もも肉・みそ 牛乳・かつお節 豚ひき肉	米・はるさめ・油 片栗粉・砂糖・麩	玉ねぎ・キャベツ・チンゲンサイ 人参・コーン・しめじ・長ねぎ
17	火	ご飯 さばの醤油こうじ焼き もやしの彩り和え 小松菜と麩とえのきの味噌汁 お月見まんじゅう	れんこんとさつま芋の素揚げ 牛乳	さば・卵・みそ 牛乳・こしあん 煮干し	米・米こうじ・砂糖 油・ごま油・ごま さつま芋・麩・小麦粉	バナナ・生姜・もやし・人参 きゅうり・小松菜・えのき・れんこん
18	水	ラーメン しゅうまい 温野菜	こぎつねおにぎり 牛乳	豚もも肉・なると 豚ひき肉・木綿豆腐 牛乳・油揚げ 煮干し・かつお節	中華麺・ごま油 片栗粉・マヨネーズ 米・しゅうまいの皮 砂糖	キャベツ・長ねぎ・人参・コーン もやし・玉ねぎ・しいたけ・かぼちゃ
20	金	麻婆なす丼 ほうれん草とコーンのソテー 中華スープ オレンジ	きな粉おはぎ 牛乳	豚ひき肉・みそ 厚揚げ・牛乳・きな粉	米・油・砂糖・ごま ごま油・バター もち米・片栗粉	なす・人参・長ねぎ・にんにく 生姜・ほうれん草・コーン・玉ねぎ まいたけ・オレンジ
30	月	ご飯 厚揚げの野菜あんかけ 大根とわかめの中華和え 麩の味噌汁	お好み焼き 牛乳	厚揚げ・みそ・牛乳 卵・豚ひき肉・煮干し かつお節	米・砂糖・ごま油 片栗粉・さつま芋・麩 小麦粉・マヨネーズ 油	玉ねぎ・人参・しいたけ・小松菜 大根・きゅうり・わかめ・キャベツ 青のり



☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
535Kcal	21.4g	17.8g	208mg	2.3mg	319μg	0.40mg	0.41mg	26mg	1.7g



2024年 9月 給食献立表 乳児(3歳未満児)



日	曜日	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
2	月	ご飯 鶏肉のトマト煮 野菜のマリネ 豆腐とわかめの味噌汁	青のりおおかおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	鶏もも肉・木綿豆腐 みそ・牛乳・レバー かつお節・煮干し	米・砂糖・ごま オリーブ油	にんにく・トマト缶・玉ねぎ・なす ズッキーニ・ピーマン・パプリカ きゅうり・かぼちゃ・キャベツ わかめ・青のり・パセリ・生姜
3	火	ご飯 さばの醤油こうじ焼き もやしの彩り和え えのきの味噌汁 バナナ	れんこんとさつま芋の素揚げ 牛乳	さば・卵・みそ 牛乳・煮干し	米・米こうじ・砂糖 油・ごま油・ごま さつま芋・麩	バナナ・生姜・もやし・人参・えのき 小松菜・きゅうり・れんこん
4	水	食パン フライドチキン おから入りポテトサラダ BLTスープ	こぎつねおにぎり 牛乳	鶏もも肉・おから 牛乳・油揚げ かつお節	食パン・片栗粉・砂糖 油・小麦粉・じゃが芋 マヨネーズ・米	人参・きゅうり・コーン・レタス 玉ねぎ・トマト・パセリ
5 ・ 19	木	ご飯 豚肉のカレー炒め しらすときゅうりの酢の物 小松菜とさつま芋の味噌汁 バナナ	クリームコーンマカロニ 牛乳	豚もも肉・しらす みそ・牛乳・煮干し	米・小麦粉・油 砂糖・さつま芋 マカロニ	玉ねぎ・人参・ピーマン・きゅうり もやし・小松菜・バナナ・しめじ パセリ・クリームコーン缶
6	金	麻婆なす丼 ほうれん草とコーンのソテー 中華スープ オレンジ	きな粉サンド 牛乳	豚ひき肉・みそ 厚揚げ・牛乳・きな粉	米・油・砂糖 ごま油・バター・ごま 食パン・片栗粉	なす・人参・長ねぎ・にんにく 生姜・ほうれん草・コーン 玉ねぎ・まいたけ・オレンジ
7 ・ 21	土	カラフルピラフ ツナサラダ オニオンスープ	手作りふりかけおにぎり 牛乳	豚ひき肉・ツナ・牛乳 鶏もも肉・かつお節 煮干し	米・油・バター 砂糖・ごま	玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン キャベツ・きゅうり・わかめ・青のり パセリ
9	月	ご飯 厚揚げの野菜あんかけ 大根とわかめの中華和え 麩の味噌汁 グレープフルーツ	お好み焼き 牛乳	厚揚げ・みそ・牛乳 卵・豚ひき肉 かつお節・煮干し	米・砂糖・ごま油 片栗粉・さつま芋・麩 小麦粉・油 マヨネーズ	玉ねぎ・人参・しいたけ・小松菜 大根・きゅうり・わかめ・キャベツ グレープフルーツ・青のり
10 ・ 24	火	ご飯 和風ハンバーグ 根菜ひじきサラダ なすの味噌汁	青菜としらすのおにぎり 牛乳	豚ひき肉・卵 油揚げ・みそ・牛乳 かつお節・しらす 煮干し	米・油・パン粉 ごま・砂糖・バター 片栗粉・マヨネーズ	玉ねぎ・しめじ・エリンギ・ひじき ごぼう・れんこん・人参・切干大根 コーン・なす・もやし・小松菜
11 ・ 25	水	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ煮 わかめのすまし汁 なし	マドレーヌ 牛乳	鮭・みそ・木綿豆腐 牛乳・卵・かつお節	米・砂糖・バター 小麦粉	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし かぼちゃ・わかめ・長ねぎ・なし
12 ・ 26	木	和風ポークカレーライス 豆腐サラダ 切干大根の味噌汁 グレープフルーツ	バナナヨーグルト 麦茶	豚もも肉・木綿豆腐 みそ・ヨーグルト かつお節・牛乳	米・じゃが芋・油 小麦粉・砂糖・ごま油	玉ねぎ・人参・にんにく・生姜 りんご・ケチャップ・キャベツ きゅうり・コーン・切干大根 ほうれん草・バナナ・レーズン グレープフルーツ
13 ・ 27	金	ご飯 鶏のごま味噌焼き 五目納豆 さぶ汁	ココアクッキー 牛乳	鶏もも肉・みそ 納豆・しらす・牛乳 かまぼこ・煮干し	米・砂糖・ごま じゃが芋・小麦粉 バター	生姜・小松菜・しいたけ・人参 かぼちゃ・大根・長ねぎ・ごぼう
14 ・ 28	土	鶏肉丼 青菜とコーンのおひたし しめじの味噌汁	おおかチャーハン 牛乳	鶏もも肉・みそ 牛乳・かつお節 豚ひき肉	米・はるさめ・油 片栗粉・砂糖・麩	玉ねぎ・キャベツ・チンゲンサイ 人参・コーン・しめじ・長ねぎ
17	火	ご飯 さばの醤油こうじ焼き もやしの彩り和え 小松菜と麩とえのきの味噌汁 お月見まんじゅう	れんこんとさつま芋の素揚げ 牛乳	さば・卵・みそ 牛乳・こしあん 煮干し	米・米こうじ・砂糖 油・ごま油・ごま さつま芋・麩・小麦粉	バナナ・生姜・もやし・人参 きゅうり・小松菜・えのき・れんこん
18	水	ラーメン しゅうまい 温野菜	こぎつねおにぎり 牛乳	豚もも肉・なると 豚ひき肉・木綿豆腐 牛乳・油揚げ 煮干し・かつお節	中華麺・ごま油 片栗粉・マヨネーズ 米・しゅうまいの皮 砂糖	キャベツ・長ねぎ・人参・コーン もやし・玉ねぎ・しいたけ・かぼちゃ
20	金	麻婆なす丼 ほうれん草とコーンのソテー 中華スープ オレンジ	きな粉おはぎ 牛乳	豚ひき肉・みそ 厚揚げ・牛乳・きな粉	米・油・砂糖・ごま ごま油・バター もち米・片栗粉	なす・人参・長ねぎ・にんにく 生姜・ほうれん草・コーン・玉ねぎ まいたけ・オレンジ
30	月	ご飯 厚揚げの野菜あんかけ 大根とわかめの中華和え 麩の味噌汁	お好み焼き 牛乳	厚揚げ・みそ・牛乳 卵・豚ひき肉・煮干し かつお節	米・砂糖・ごま油 片栗粉・さつま芋・麩 小麦粉・マヨネーズ 油	玉ねぎ・人参・しいたけ・小松菜 大根・きゅうり・わかめ・キャベツ 青のり

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
485Kcal	19.4g	16.9g	241mg	1.9mg	277μg	0.35mg	0.42mg	21mg	1.4g