2025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
1	月	ご飯 和風ハンバーグ 根菜ひじきサラダ なすの味噌汁	黒ゴマ豆乳ゼリー 牛乳	豚ひき肉・卵 油揚げ・みそ・牛乳 豆乳・煮干し	米・パン粉・砂糖 バター・片栗粉 マヨネーズ・ごま	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 アガー
2・16	火	ご飯 さばの醤油こうじ焼き もやしの彩り和え ほうれん草と麸の味噌汁	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 麸・さつま芋	生姜・もやし・人参・きゅうり ほうれん草・えのき・れんこん
3	水	食パン フライドチキン おから入りポテトサラダ ミネストローネ オレンジ	青菜としらすの おにぎり 牛乳	鶏もも肉・おから 牛乳・かつお節 しらす	食パン・片栗粉 小麦粉・油・米・ごま じゃが芋・砂糖 マヨネーズ・マカロニ	人参・きゅうり・コーン・玉ねぎ キャベツ・トマト缶・オレンジ 小松菜・パセリ
4・18	木	麻婆なす丼 ほうれん草とコーンのソテー 中華スープ	こしあんクッキー りんごヨーグルト ドリンク	豚ひき肉・みそ 豆腐・ヨーグルト こしあん	米・油・砂糖 片栗粉・ごま油 バター・ごま・小麦粉	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・りんごジュース
5・19	金	プラスご飯 スパニッシュ風オムレツ わかめときゅうりの酢の物 玉ねぎとかぼちゃの味噌汁 バナナ	クリームコーン マカロニ 牛乳	鶏ひき肉・卵・牛乳 みそ・ツナ・煮干し	米・強化米・砂糖 じゃが芋・バター 片栗粉・マカロニ・油	玉ねぎ・しめじ・グリンピース ケチャップ・きゅうり・もやし わかめ・ほうれん草・かぼちゃ バナナ・クリームコーン缶・パセリ
6・20	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 鶏もも肉・牛乳 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
8・29	月	プラスご飯 厚揚げの野菜あんかけ かぼちゃ煮 じゃが芋の味噌汁	お好み焼き 牛乳	生揚げ・鶏ひき肉 みそ・牛乳・卵 豚ひき肉・かつお節 煮干し	米・強化米・砂糖 ごま油・片栗粉 じゃが芋・麸・油 小麦粉・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・しいたけ ほうれん草・かぼちゃ・キャベツ 青のり
9・30	火	ご飯 鶏のごま味噌焼き 五目納豆 沢煮椀 バナナ	キャロットサンド 牛乳	鶏もも肉・みそ 納豆・しらす・牛乳 ツナ・かつお節	米・砂糖・ごま 食パン・マヨネーズ	生姜・ほうれん草・しいたけ 人参・大根・えのき・長ねぎ バナナ
10・24	水	和風ポークカレー 豆腐サラダ 切干大根の味噌汁	バナナヨーグルト 麦茶	豚もも肉・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
11	木	鶏めし（大分県） 鮭のコーンマヨネーズ焼き なすの炒め煮 豆腐の味噌汁 梨	マドレーヌ 牛乳	鶏もも肉・鮭・豆腐 みそ・牛乳・卵 かつお節	米・マヨネーズ・油 砂糖・小麦粉・バター	ごぼう・人参・コーン・なす パプリカ・しめじ・さやいんげん わかめ・長ねぎ・梨・パセリ
12・26	金	ご飯 鶏肉のトマト煮 焼き野菜のマリネ かぼちゃの味噌汁	青のりのおかか おにぎり 炒りいりこ 牛乳	鶏もも肉・油揚げ みそ・牛乳・煮干し かつお節	米・砂糖・さつま芋 油	にんにく・トマト缶・玉ねぎ キャベツ・ズッキーニ・ピーマン パプリカ・れんこん・人参 かぼちゃ・青のり・パセリ
13・27	土	鶏肉丼 青菜とコーンのお浸し しめじの味噌汁	ツナチャーハン 牛乳	鶏もも肉・みそ 牛乳・ツナ・かつお節	米・春雨・油・麸 片栗粉・砂糖・ごま油	玉ねぎ・キャベツ・チンゲン菜 人参・コーン・しめじ・長ねぎ 小松菜
17	水	ラーメン 鶏の照り焼き バナナ	かつおツナおにぎり 牛乳	豚もも肉・なると 鶏もも肉・牛乳 煮干し・ツナ	中華麺・ごま油・油 米・砂糖・ごま	キャベツ・長ねぎ・人参・コーン もやし・バナナ・生姜・こねぎ
22	月	ご飯 和風ハンバーグ 根菜ひじきサラダ なすの味噌汁	きな粉おはぎ 牛乳	豚ひき肉・卵・牛乳 油揚げ・みそ きな粉・煮干し	米・パン粉・砂糖 バター・片栗粉 マヨネーズ・ごま もち米	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
25	木	ご飯 鮭のコーンマヨネーズ焼き なすの炒め煮 豆腐の味噌汁 オレンジ	マドレーヌ 牛乳	鮭・豆腐・みそ 牛乳・卵・かつお節 煮干し	米・マヨネーズ・油 砂糖・小麦粉・バター	コーン・なす・パプリカ・しめじ さやいんげん・わかめ・長ねぎ オレンジ・パセリ

☆　今月の平均給与栄養量　☆

エネルギー	タンパク質	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
532Kcal	21.3g	17.4g	210mg	2.5mg	203μg	0.42mg	0.41mg	26mg	1.7g

2025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
1	月	ご飯 和風ハンバーグ 根菜ひじきサラダ なすの味噌汁	黒ゴマ豆乳ゼリー 牛乳	豚ひき肉・卵 油揚げ・みそ・牛乳 豆乳・煮干し	米・パン粉・砂糖 バター・片栗粉 マヨネーズ・ごま	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 アガー
2・16	火	ご飯 さばの醤油こうじ焼き もやしの彩り和え ほうれん草と麸の味噌汁	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 麸・さつま芋	生姜・もやし・人参・きゅうり ほうれん草・えのき・れんこん
3	水	食パン フライドチキン おから入りポテトサラダ ミネストローネ オレンジ	青菜としらすの おにぎり 牛乳	鶏もも肉・おから 牛乳・かつお節 しらす	食パン・片栗粉 小麦粉・油・米・ごま じゃが芋・砂糖 マヨネーズ・マカロニ	人参・きゅうり・コーン・玉ねぎ キャベツ・トマト缶・オレンジ 小松菜・パセリ
4・18	木	麻婆なす丼 ほうれん草とコーンのソテー 中華スープ	こしあんクッキー りんごヨーグルト ドリンク	豚ひき肉・みそ 豆腐・ヨーグルト こしあん・牛乳	米・油・砂糖 片栗粉・ごま油 バター・ごま・小麦粉	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・りんごジュース
5・19	金	プラスご飯 スパニッシュ風オムレツ わかめときゅうりの酢の物 玉ねぎとかぼちゃの味噌汁 バナナ	クリームコーン マカロニ 牛乳	鶏ひき肉・卵・牛乳 みそ・ツナ・煮干し	米・強化米・砂糖 じゃが芋・バター 片栗粉・マカロニ・油	玉ねぎ・しめじ・グリンピース ケチャップ・きゅうり・もやし わかめ・ほうれん草・かぼちゃ バナナ・クリームコーン缶・パセリ
6・20	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 鶏もも肉・牛乳 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
8・29	月	プラスご飯 厚揚げの野菜あんかけ かぼちゃ煮 じゃが芋の味噌汁	お好み焼き 牛乳	生揚げ・鶏ひき肉 みそ・牛乳・卵 豚ひき肉・かつお節 煮干し	米・強化米・砂糖 ごま油・片栗粉 じゃが芋・麸・油 小麦粉・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・しいたけ ほうれん草・かぼちゃ・キャベツ 青のり
9・30	火	ご飯 鶏のごま味噌焼き 五目納豆 沢煮椀 バナナ	キャロットサンド 牛乳	鶏もも肉・みそ 納豆・しらす・牛乳 ツナ・かつお節	米・砂糖・ごま 食パン・マヨネーズ	生姜・ほうれん草・しいたけ 人参・大根・えのき・長ねぎ バナナ
10・24	水	和風ポークカレー 豆腐サラダ 切干大根の味噌汁	バナナヨーグルト 麦茶	豚もも肉・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
11	木	鶏めし（大分県） 鮭のコーンマヨネーズ焼き なすの炒め煮 豆腐の味噌汁 梨	マドレーヌ 牛乳	鶏もも肉・鮭・豆腐 みそ・牛乳・卵 かつお節	米・マヨネーズ・油 砂糖・小麦粉・バター	ごぼう・人参・コーン・なす パプリカ・しめじ・さやいんげん わかめ・長ねぎ・梨・パセリ
12・26	金	ご飯 鶏肉のトマト煮 焼き野菜のマリネ かぼちゃの味噌汁	青のりのおかか おにぎり 炒りいりこ 牛乳	鶏もも肉・油揚げ みそ・牛乳・煮干し かつお節	米・砂糖・さつま芋 油	にんにく・トマト缶・玉ねぎ キャベツ・ズッキーニ・ピーマン パプリカ・れんこん・人参 かぼちゃ・青のり・パセリ
13・27	土	鶏肉丼 青菜とコーンのお浸し しめじの味噌汁	ツナチャーハン 牛乳	鶏もも肉・みそ 牛乳・ツナ・かつお節	米・春雨・油・麸 片栗粉・砂糖・ごま油	玉ねぎ・キャベツ・チンゲン菜 人参・コーン・しめじ・長ねぎ 小松菜
17	水	ラーメン 鶏の照り焼き バナナ	かつおツナおにぎり 牛乳	豚もも肉・なると 鶏もも肉・牛乳 煮干し・ツナ	中華麺・ごま油・油 米・砂糖・ごま	キャベツ・長ねぎ・人参・コーン もやし・バナナ・生姜・こねぎ
22	月	ご飯 和風ハンバーグ 根菜ひじきサラダ なすの味噌汁	きな粉おはぎ 牛乳	豚ひき肉・卵・牛乳 油揚げ・みそ きな粉・煮干し	米・パン粉・砂糖 バター・片栗粉 マヨネーズ・ごま もち米	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
25	木	ご飯 鮭のコーンマヨネーズ焼き なすの炒め煮 豆腐の味噌汁 オレンジ	マドレーヌ 牛乳	鮭・豆腐・みそ 牛乳・卵・かつお節 煮干し	米・マヨネーズ・油 砂糖・小麦粉・バター	コーン・なす・パプリカ・しめじ さやいんげん・わかめ・長ねぎ オレンジ・パセリ

☆　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
488Kcal	19.5g	16.7g	249mg	2.1mg	186μg	0.37mg	0.43mg	22mg	1.4g