

日	曜	AMおやつ	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	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ロールパン 鶏肉のパン粉焼き マカロニサラダ コーンスープ	お茶 おかかおにぎり	牛乳・鶏もも(皮なし)・ロースハム・豆乳・削り節	ロールパン・パン粉・オリーブ油・マカロニ・スパゲティ・マヨドレ・油・片栗粉・米	きゅうり・にんじん・たまねぎ・コーン・焼きのり
3	火	野菜ジュース (延長) お茶 クッキー	非常食	牛乳 ブルーベリー蒸しパン	牛乳	蒸しパンミックス	野菜ジュース・ブルーベリージャム
4	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 だらの利休焼き 春雨サラダ なめこの味噌汁	牛乳 シュガートースト	牛乳・タラ・ロースハム・麦みそ	米・いりごま・はるさめ・砂糖・ごま油・食パン・有塩マーガリン	きゅうり・にんじん・なめこ・たまねぎ・乾わかめ・パインアップル缶詰
5	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	ご飯 ホイコーロー いんげんの胡麻和え 豆腐の中華スープ	お茶 フルーチェ	牛乳・ふた肉・麦みそ・豆腐	米・ごま油・片栗粉・いりごま・砂糖・フルーチェ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・さやいんげん・えのきたけ・もずく
6	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ハヤシライス キャベツサラダ みかんヨーグルト	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・ふたもも(皮脂無)・ロースハム・プレーンヨーグルト・きな粉	米・油・砂糖	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・キャベツ・きゅうり・コーン缶(粒)・みかん缶詰・バナナ
7	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	焼きそば 粉ふぎいも 小松菜スープ	牛乳 ウエハース	牛乳・ふた肉・かつお節・絹ごし豆腐	鉄+コラーゲンウエハース(ココア)・中華めん・ごま油・じゃがいも	たまねぎ・キャベツ・にんじん・あおのり・パセリ・こまつな・カットわかめ
9	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 すきやき風煮 もやしのゆかり和え ほうれん草の味噌汁	牛乳 チーストースト	牛乳・牛ばら・焼き豆腐・油揚げ・麦みそ・チーズ	米・油・砂糖・食パン	はくさい・たまねぎ・にんじん・生しいたけ・だいずもやし・きゅうり・赤しそふりかけ・冷凍ほうれんそう
10	火	牛乳 (延長) お茶 クッキー	カレーうどん ひじきサラダ バナナ	牛乳 フアマンケーキ	牛乳・ふた肉・油揚げ・板かまぼこ・ツナ缶	ゆでうどん・片栗粉・砂糖・マヨドレ・薄力粉・油	たまねぎ・冷凍ほうれんそう・にんじん・乾ひじき・きゅうり・バナナ
11	水	りんごジュース (延長) お茶 サブレ	いりかけご飯 鶏のから揚げ ゴマダレサラダ ビーンズスープ	ショア ケーキ	大豆水煮缶詰・乳酸菌飲料・生クリーム・鶏肉	米・油・ピープ・片栗粉・ゴマドレ	ブロッコリー・にんじん・コーン・たまねぎ・赤ピーマン・青ピーマン・みかん缶・りんごジュース・にんにく・しょうが
12	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	麦ご飯 カレーのチーズ焼き ジャーマンポテト レタスのスープ	牛乳 麩のきなこラスク	牛乳・まがれい・チーズ・ベーコン・ちくわ・きな粉	米・押麦・じゃがいも・油・釜焼きふ・有塩バター・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・レタス・コーン・カットわかめ
13	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	わかめご飯 松風焼き かぼちゃサラダ すまし汁	お茶 梨のフルーツポンチ	牛乳・ふたひき肉・豆腐・豆乳・麦みそ・ロースハム・絹ごし豆腐	米・いりごま・パン粉・砂糖・マヨドレ	炊き込みわかめ・たまねぎ・にんじん・あおのり・くりかぼちゃ・きゅうり・だいこん・冷凍ほうれんそう・みかん缶詰・黄桃缶・なし・レモン果汁
14	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	焼き鳥丼 アスパラサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 せんべい	牛乳・鶏もも(皮なし)	せんべい・米・片栗粉・油・砂糖・マヨドレ	焼きのり・アスパラガス・キャベツ・コーン・チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん
17	火	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 さわらのゴマ味噌焼き そうめんサラダ すまし汁 ゼリー	牛乳 お月見スイートポテト	牛乳・さわら・麦みそ・ロースハム・絹ごし豆腐	米・いりごま・砂糖・油・そうめん・マヨドレ・ゼリー・さつまいも・無塩バター・粉糖	きゅうり・にんじん・カットわかめ・たまねぎ・にんじん

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (リノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相 当量 (g)
1・2歳児	465	18	17	303	2.9	163	0.28	0.37	23	3.8	1.4
3歳児	516	21	a	264	2.7	178	0.33	0.39	28	4.8	1.6

令和6年

9月 給食献立表

日	曜	AMおやつ	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
18	水	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	豚丼 ブロッコリーの中華和え 春雨スープ	牛乳 たい焼き	牛乳・ぶた肉	たい焼き・米・しらたき・砂糖 ・ごま油・はるさめ	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ ブロッコリー・きゅうり・コー ン・はくさい・乾わかめ
19	木	牛乳 (延長) お茶 ハイ菓子	うち豆ご飯 ハシこ きゅうりとコーンのサラダ ぼっかけ汁	お茶 でっちようかん	牛乳・大豆水煮缶詰・油揚 げ・さば・板かまぼこ・こ しあん	米・塩こうじ・油・マヨド レ・こんにゃく・砂糖	きゅうり・にんじん・コーン・ だいずもやし・青ねぎ・粉寒天
20	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 鶏の照り焼き ツナサラダ じゃが芋のみそ汁	牛乳 カルビス蒸しパン	牛乳・若鶏もも・まぐろ水 煮缶詰・麦みそ	米・砂糖・じゃがいも・蒸し パンミックス・カルビス・油	しょうが・ブロッコリー・きゅ うり・にんじん・たまねぎ・こ まつな
21	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	チャーハン ブロッコリーと竹輪のサラダ すまし汁	牛乳 ビスケット	牛乳・豚ひき肉・焼き竹 輪・かつお節	ビスケット・米・ごま油・マ ヨドレ	たまねぎ・にんじん・冷凍ほう れんそう・ブロッコリー・コー ン・だいこん・えのきたけ
24	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	カレーライス レモンドレッシング和え 梨	牛乳 ほうれん草ケーキ	牛乳・ぶたかた・豆乳	米・じゃがいも・砂糖・ホッ トケーキミックス・油	たまねぎ・にんじん・キャベ ツ・きゅうり・コーン・レモン 果汁・梨・冷凍ほうれんそう
25	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ゆかりごはん サケの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 白菜と豆腐の味噌汁	お茶 コーンフレーク	牛乳・さけ・鶏ひき肉・絹 ごし豆腐・麦みそ	米・じゃがいも・油・砂糖・ コーンフレーク	たまねぎ・ゆで冷凍グリーンピ ース・にんじん・はくさい・カッ トわかめ
26	木	牛乳 (延長) お茶 ハイ菓子	スティックパン お豆腐ミートローフ アスパラのマリネ ポトフ	お茶 昆布おにぎり	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき 肉・豆腐・鶏卵・ベーコン	スティックパン・パン粉・ 油・砂糖・オリーブ油・じゃ がいも・米	たまねぎ・乾ひじき・トマトケ チャップ・アスパラガス・にん じん・カットわかめ・キャベ ツ・昆布佃煮
27	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 八宝菜 シュウマイ 中華スープ	牛乳 バナナ蒸しパン	豚肉・むきえび・板かまぼ こ・鶏卵・しゅうまい・牛 乳	米・油・砂糖・片栗粉・ごま 油・さつまいも・ホットケ ーキミックス	はくさい・たまねぎ・にんじ ん・乾しいたけ・しょうが・え のき・りょくとうもやし・カッ トわかめ・バナナ
28	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	カレーピラフ もやしのごま和え コンソメスープ	牛乳 サブレ	牛乳・若鶏もも	サブレ・米・油・砂糖・いり ごま	たまねぎ・冷凍ミックスベジタ ブル・だいずもやし・きゅう り・にんじん・しめじ・チンゲ ンサイ・赤ピーマン
30	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 ビーフン炒め すまし汁	牛乳 餃子の皮ピザ	牛乳・ぶたひき肉・ちく わ・ベーコン・生揚げ・し らす干し・チーズ	米・油・じゃがいも・砂糖・ ビーフン・ごま油・ぎょうざ の皮	たまねぎ・にんじん・青ピーマ ン・生しいたけ・冷凍ほうれん そう・えのきたけ・コーン・フ ロコリー・トマトケチャップ