

9月献立表

日	曜	献立名	3時おやつ	幼 児			
				エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
1	月	ごはん マーボー春雨 しゅうまい もやしのナムル レタスとカニカマのスープ	ベリーマフィン 牛乳	526	19.2	18.5	1.6
2	火	ごはん 鶏肉の梅煮 けんちん炒め ブロッコリーのゴマ風味和え なすのみそ汁	いちごプリン ココアウエハース 麦茶	478	20.7	17.3	1.9
3	水	食パン 鮭フライ ポークビーンズ ほうれん草サラダ 牛乳	きのこおにぎり 麦茶	582	29.7	21	2
4	木	ごはん 高野豆腐の卵とじ じゃがいもと人参のきんぴら キャベツの塩昆布あえ グレープフルーツルビー 牛乳	ゼリーポンチ せんべい 麦茶	513	18.4	13.4	1.6
5	金	ごはん 肉野菜炒め マカロニサラダ トマト なめこのみそ汁	蒸しパン（黒糖） 牛乳	553	19.0	20.0	1.7
6	土	みそラーメン 蒸し餃子 パナナ 牛乳	ワッフル 麦茶	499	19.4	16.2	1.9
8	月	ごはん 厚揚げの野菜あんかけ かぼちゃの天ぷら 大根ときゅうりの中華和え 牛乳	いちごゼリー せんべい 麦茶	529	28.3	16.4	1.1
9	火	ごはん とりつくね焼き 切り干し大根煮 ポテトサラダ きのこ青菜のみそ汁	きな粉トースト 牛乳	579	23.9	18.3	2.2
10	水	ソース焼きそば ブロッコリーの中華和え パナナ 牛乳	さつまいもご飯おにぎり 麦茶	550	20.2	14.3	1.7
11	木	ごはん しらす入り卵焼 肉じゃが なめ茸和え オレンジ キャベツのみそ汁	ミルクスコーン 牛乳	484	20.5	17.0	2.1
12	金	ごはん 魚の甘酢あん 筑前煮 コールスロー ひじきスープ	フルーツコーンフレー ク 麦茶	512	20.3	9.9	1.5
13	土	五目そうめん 肉団子 みかん缶 牛乳	青りんごゼリー せんべい 麦茶	420	16.9	13.4	1.5
16	火	ごはん 厚揚げ田楽 切り昆布煮 かぼちゃサラダ なし かきたま汁	おからガトーショコラ 牛乳	602	20.7	20.5	1.9
17	水	ツナカレー メンチカツ じゃこサラダ 牛乳	ケーキ 黄桃缶 麦茶	605	21.9	19.7	2.3
18	木	ごはん サバの煮つけ さつまいもレモン煮 ブロッコリーチーズサラダ たまねぎのみそ汁	バナナケーキ 牛乳	529	23.0	19.9	1.6
19	金	ミートスパゲッティ ポテトフライ ピクルス風 牛乳	みそ焼きおにぎり 麦茶	568	22.4	17.2	1.8
20	土	肉うどん 厚揚げのみぞれ煮 黄桃缶 牛乳	おかし ジュース	513	17.7	18.2	1.5
22	月	ハヤシライス ツナと豆腐のナゲット 大根サラダ 牛乳	ピーチゼリー せんべい 麦茶	619	31.7	22.6	2.0
24	水	ごはん たらのみそマヨ焼き 洋風きんぴら 春雨サラダ ジュリアンスープ	クッキー（ココア・ セサミ） 牛乳	536	21.3	18.9	1.8
25	木	バターロール ミニオムレツ 海藻サラダ グレープフルーツ クリームシチュー	海苔巻き 麦茶	490	20.5	16.1	2.5
26	金	ごはん ハムカツ ひじき煮 さつまいもサラダ たまごスープ	ヨーグルトコーンフ レーク 麦茶	483	14.8	10.5	1.9
29	月	ジャージャー麺 味付けたまご ゆかり和え 牛乳	しらす入りおにぎり 麦茶	529	24.6	16.0	1.7
30	火	ごはん 赤魚の煮つけ ちくわの磯辺揚げ こまつなサラダ トマト 高野豆腐のみそ汁	牛乳もち せんべい 麦茶	496	21.4	11.7	2.0
			9月平均 （土曜日除く）	538	22.1	17.0	1.8

※ 使用食材は、国の安全基準に沿ったものを入荷、納入しております。
※ 食材の入荷状況により、メニュー内容が一部変更となる場合がございます。
※ アレルギーのあるお子様にはアレルギー対応食で提供させていただきます。詳しくは、アレルギー対応食の提供についてをご覧ください。
※ 令和7年度の給食栄養目標量：乳児（エネルギー：460kcalタンパク質：20g）幼児（エネルギー：550kcalタンパク質：22g）