

令和6年 9月 予定献立表

日曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	昼間	夕食
2 月 30	★親子丼		ごぼうサラダ		えのきと青菜のスープ	揚げうどん(カレー)	炒飯 和え物 汁物
	米	鶏肉 玉葱 人参 椎茸 三つ葉 卵 素精糖 しょう油 酒 みりん かつお昆布だし	ごぼう 人参 胡瓜 ハム マヨネーズ 塩 素精糖 しょう油 ごま		豚ひき肉 えのき ほうれん草 玉葱 かつお昆布だし 塩 しょう油	うどん カレー粉 塩 なたね油 (果物 牛乳)	
3 火 17	ご飯	鯖の塩焼き	卵の花	三色酢の物	茄子と油揚げの味噌汁	3日 スノーボールクッキー	ご飯 焼き物 汁物
	米	鯖 塩 酒	おから 人参 れんこん ごぼう 干し椎茸 豚ひき肉 こんにやく 素精糖 しょう油 みりん	人参 もやし 胡瓜 酢 素精糖 塩 しょう油	なす 油揚げ 味噌 煮干しだし	薄力粉 BP 卵 グラニュー糖 バター 粉糖 (果物 牛乳)	
4 水 18	ハヤシライス		南瓜のフレンチサラダ		ささみと青菜のスープ	ココアミルクゼリー	スパゲッティ サラダ 汁物
	米	豚肉 玉葱 しめじ 素精糖 塩 バター 薄力粉 なたね油 トマトケチャップ トマト缶 ウスターソース	南瓜 人参 胡瓜 キャベツ 酢 なたね油 塩		ささみ 小松菜 人参 かつお昆布だし 塩 しょう油 片栗粉	ココア 牛乳 グラニュー糖 寒天 みかん缶 せんべい (果物 麦茶)	
5 木 19	ご飯	カジキの醤油マヨ焼き	ひじきの煮物	南瓜の煮揚げ	しめじと青梗菜の味噌汁	5日 クラッカー	おにぎり 和え物 汁物
	米	めかじき 長葱 しょう油 マヨネーズ 酒	干ひじき 人参 干し椎茸 いんげん 油揚げ 素精糖 しょう油 なたね油	南瓜 なたね油 塩	しめじ 青梗菜 煮干しだし 味噌	クラッカー (果物 牛乳)	
6 金 20	ご飯	チキンカツ	小松菜ともやしのおかか和え		具沢山汁	しめじご飯	混ぜご飯 煮物 汁物
	米	鶏肉 酒 塩 薄力粉 パン粉 なたね油 中濃ソース	小松菜 もやし キャベツ かつお昆布だし しょう油 かつお節		ごぼう 人参 大根 椎茸 あさつき 豆腐 かつお昆布だし 塩 しょう油	米 しめじ 人参 鶏ひき肉 しょう油 素精糖 塩 みりん なたね油 (果物 牛乳)	
7 土 21	ご飯	鶏肉のごま焼き	ブロッコリーと大根のサラダ		じゃが芋と玉葱の味噌汁	メープルクッキー	
	米	鶏肉 みりん しょう油 酒 ごま	ブロッコリー 大根 人参 ツナ 胡瓜 塩 穀物酢 なたね油		じゃが芋 玉葱 煮干しだし 味噌	薄力粉 片栗粉 メープルシロップ なたね油 (果物 牛乳)	
9 月	ご飯	豆腐の松風焼き	じゃが芋の煮物	千草和え	大根とわかめの味噌汁	パンキンケーキ	炒飯 和え物 汁物
	米	木綿豆腐 豚ひき肉 長葱 人参 パン粉 味噌 素精糖 ごま 片栗粉	じゃが芋 いんげん 素精糖 しょう油 塩 なたね油	ほうれん草 人参 キャベツ しめじ ごま しょう油 かつお昆布だし	大根 わかめ あさつき 煮干しだし 味噌	薄力粉 BP グラニュー糖 バター 卵 牛乳 南瓜 (果物 牛乳)	
10 火 24	スパゲティミートソース		カラフルサラダ		きのこのスープ	わかめしらすおにぎり	ご飯 焼き物 汁物
	スパゲティ 豚ひき肉 生姜 にんにく 玉葱 人参 青ピーマン エリンギ なたね油 バター 薄力粉 トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース 塩		胡瓜 トマト ブロッコリー キャベツ コーン ハム 酢 塩 なたね油		椎茸 しめじ えのき あさつき かつお昆布だし しょう油 塩	米 わかめ しらす ごま 塩 酒 (果物 牛乳)	
11 水 25	ご飯	豚肉の葱塩炒め	こふき芋	キャベツのゆかり和え	わかめと豆腐の味噌汁	ピザトースト	スパゲッティ サラダ 汁物
	米	豚肉 長葱 にんにく 塩 なたね油 しょう油	じゃが芋 塩 あおりのり	キャベツ 人参 胡瓜 しそ葉 塩	わかめ 豆腐 長葱 煮干しだし 味噌	パン ピーマン 玉葱 チーズ ハム ケチャップ トマトピューレ (果物 牛乳)	
12 木 26	ご飯	鶏肉のパンバンジー	付け合わせ	牛蒡と人参の煮物	春雨のスープ	フルーツきんとん	おにぎり 和え物 汁物
	米	鶏肉 塩 酒 なたね油 味噌 しょう油 素精糖 ごま 生姜	胡瓜 トマト もやし	人参 ごぼう しょう油 素精糖 なたね油	春雨 白菜 人参 塩 しょう油 かつお昆布だし	さつま芋 りんご バイン もも 素精糖 クラッカー (果物 牛乳)	
13 金 27	ロールパン	ハンバーグ	ツナのコールスローサラダ		ミネストローネ	きつねおにぎり	混ぜご飯 煮物 汁物
	ロールパン	豚ひき肉 玉葱 パン粉 牛乳 塩 トマトケチャップ 中濃ソース	ツナ キャベツ 胡瓜 人参 酢 塩 なたね油 しょう油		玉葱 じゃが芋 セロリ パセリ しめじ 鶏肉 トマト缶 ケチャップ 塩	米 油揚げ しょう油 素精糖 みりん 水 (果物 牛乳)	
14 土 28	ご飯	鮭の鹽焼	キャベツと油揚げの和え物		ほうれん草と椎茸の味噌汁	レーズン蒸しパン	
	米	鮭 しょう油 本みりん あおりのり	キャベツ 人参 わかめ 油揚げ かつお昆布だし しょう油		ほうれん草 椎茸 煮干しだし 味噌	薄力粉 BP レーズン 素精糖 (果物 牛乳)	

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。  
 ☆18日は衛生会です。  
 ☆は新メニューです。  
 今月の果物予定:りんご なし 等

	エネルギー	たんぱく	脂質	カルシウム
今月の平均栄養値(幼児)	588Kcal	23.3g	21.4g	282mg
栄養目標値	596Kcal	20.0g	19.0g	258mg