



9月 給食献立表



		1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
屋食	普通食	鮭のパン粉焼	麻婆丼	豚肉の生姜焼	肉うどん	ハヤシライス	親子丼
		野菜添え	すまし汁	胡瓜とわかめの酢の物	じゃこサラダ	野菜サラダ	すまし汁
		コンソメスープ	バナナ	味噌汁		オレンジ	バナナ
	離乳食	魚の青のりがけ	麻婆丼	鶏の豆乳煮	鶏のきのこあんかけ	ハヤシライス	鶏そぼろ丼
		人参とブロッコリーの煮物	すまし汁	じゃが芋と胡瓜の煮物	南瓜とほうれん草の煮物	野菜サラダ	すまし汁
		野菜スープ	バナナ	味噌汁	すまし汁	みかん	バナナ
おやつ	普通食	バナナケーキ・牛乳	恐竜ものがたり・牛乳	ゼリー・牛乳	おにぎり・麦茶	こぐまのビスケット・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食	茹で南瓜	お菓子	茹でナスとほうれん草	茹でさつま芋	お菓子	お菓子
		8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
屋食	普通食	松風焼	魚の香味焼	玉子焼	ロールパン	鶏肉の塩麴焼	納豆
		春雨サラダ	筑前煮	春雨とピーマンの炒め物	ナポリタン・わかめスープ	厚揚げの煮物	豆腐の味噌汁
		かき玉汁	味噌汁	すまし汁	オレンジ	味噌汁	バナナ
	離乳食	松風焼	煮魚	豆腐の煮物	マカロニのトマト煮	鶏ささみの味噌煮	納豆
		ブロッコリーと大根の煮物	じゃがいもと胡瓜の煮物	さつま芋とほうれん草の煮物	南瓜と人参の煮物	ブロッコリーと人参の煮物	豆腐の味噌汁
		すまし汁	味噌汁	すまし汁	わかめスープ	味噌汁	バナナ
おやつ	普通食	クリームチーズスコーン・牛乳	ポテトチップス・牛乳	梨・牛乳	発芽玄米ブランサンド・牛乳	カステラ・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食	茹で豆腐とツナ	お菓子	茹で胡瓜ブロッコリー	お菓子	お菓子	お菓子
		15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
屋食	普通食	敬老の日 	サバの塩焼	パン・ミートローフ	台湾ラーメン	カレーライス	牛肉の卵とじ丼
			パイナップルサラダ	ポテトサラダ	ヨーグルト和え	野菜サラダ	すまし汁
			春雨スープ	トマトスープ		バナナ	バナナ
	離乳食		魚のみぞれ煮	つくね焼	南瓜のそぼろ煮	カレーライス	鶏そぼろ丼
			さつま芋とほうれん草の煮物	南瓜と大根の煮物	じゃが芋と胡瓜の煮物	野菜サラダ	すまし汁
			春雨スープ	トマトスープ	味噌汁	バナナ	バナナ
おやつ	普通食		ココアケーキ・牛乳	バナナ・お菓子・牛乳	ミレービスケット・牛乳	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食		茹でナスと豆腐	茹でじゃが芋とじゃこ	お菓子	お菓子	お菓子
		22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
屋食	普通食	オムレツ	秋分の日	豚肉の南部焼	ロールパン	鶏の唐揚げ	納豆
		ブロッコリーサラダ		大豆とひじきの煮物	和風スープパスタ	わかめサラダ	豚汁
		ビーフシチュー		味噌汁	ツナサラダ・オレンジ	コーンスープ	バナナ
	離乳食	豆腐の煮物		鶏ささみのごま煮	マカロニの和風煮込	鶏のカレー煮	納豆
		ブロッコリーと胡瓜の煮物		南瓜と人参の煮物	じゃがいもと胡瓜の煮物	さつま芋とブロッコリーの煮物	大根の味噌汁
		ホワイトシチュー		味噌汁	すまし汁	コーンスープ	バナナ
おやつ	普通食	メロンパン・牛乳		梨・牛乳	おにぎり・麦茶	くるくるスナック・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食	茹で南瓜とツナ		茹でさつまいも	茹で大根とじゃこ	お菓子	お菓子
		29日(月)	30日(火)				
屋食	普通食	鶏肉のりんごソース焼	鮭のグラタン				
		カレー金平	野菜添え				
		呉汁	卵スープ				
	離乳食	鶏のりんごソース煮	魚のクリーム煮				
		大根と胡瓜の煮物	人参と南瓜の煮物				
		カレースープ	すまし汁				
おやつ	普通食	さつまいも蒸しパン・牛乳	ジャムサンドパン・ジュース				
	離乳食	茹でさつま芋	茹でじゃが芋とツナ				

※おやつは、無添加・無着色のお菓子・手作りおやつを準備しています。

※0歳～1歳児は、段階に応じて離乳食を作っています。

※アレルギー対応は、その日のメニューに応じて準備しています。

～給食室からひとこと～

朝晩の気温差はありますが、まだ残暑の厳しい日が続きそうです。

今月の食材は「お米」です。お米の栄養は体や脳を活発にしてくれるエネルギーが中心ですが、タンパク質、ミネラル、ビタミン等とても栄養のある食品です。

食事の主食となるお米を1日3回しっかり食べて、元気いっぱい1日を過ごしましょう！