



日	曜	10時 おやつ	昼食	3時おやつ
01	金	豆乳	白飯, 塩肉じゃが, キャベツとツナのサラダ, きのこのかき玉汁	牛乳, みどりのホットケーキ
02	土		夏まつり	
04	月	豆乳	白飯, かつおの漬け焼き, ひじきサラダ, チンゲン菜のすまし汁	牛乳, ぜんざい
05	火	豆乳	麦入りご飯, カレー, かぼちゃサラダ, お茶	牛乳, フレンチトースト
06	水	豆乳	白飯, 筑前煮, ほうれん草の白あえ, 大根のみそ汁	牛乳, 蒸しパン
07	木	豆乳	五目うどん, きのこサラダ, チーズ	牛乳, おかかおにぎり, 小魚
08	金	豆乳	白飯, マーボー豆腐, いんげんともやしのナムル, わかめのかき玉汁	牛乳, やきいも
09	土		和風パスタ, キャベツのゆかりあえ, お茶	牛乳, みそせんべい
11	月	豆乳	白飯, 豚肉の生姜焼き, 小松菜の洋風卵とじ, 春雨のすまし汁	牛乳, しょうゆだんご
12	火	豆乳	白飯, たらフライ, 五目豆, なめこのみそ汁	牛乳, マカロニナポリタン
13	水	豆乳	白飯, 鶏むね肉の照り焼き, 切干大根のサラダ, みつばのかき玉汁	牛乳, 海苔トースト
14	木	豆乳	みそラーメン, パリパリきゅうり, チーズ	牛乳, ひじきおにぎり, 小魚
15	金	豆乳	白飯, 豚肉の甘酢炒め, おくらのごま和え, オニオンスープ	牛乳, 煮豆
16	土		白飯, 豚玉煮, かぼちゃのグラッセ, お茶	牛乳, しょうゆせんべい
18	月		(敬老の日)	
19	火	豆乳	白飯, ポークビーンズ, コールスローサラダ, チーズ, お茶	牛乳, きなこだんご
20	水	豆乳	白飯, 金目鯛の煮付け, 小松菜とコーンの和え物, みそスープ	牛乳, キャロットケーキ
21	木	豆乳	和風ミートスパゲティー, きのこマリネ, お茶	牛乳, わかめおにぎり, 小魚
22	金	豆乳	白飯, 鶏の竜田揚げ, きゅうりスティック, かぼちゃのみそ汁	牛乳, サンドイッチ (いちごと玉子)
23	土		(秋分の日)	
25	月	豆乳	白飯, さばのカレー風味焼き, 野菜のうま煮, にらのすまし汁	牛乳, 青のりポテト
26	火	豆乳	白飯, 八宝菜, ほうれん草とウィンナーのソテー, もやしのみそ汁	牛乳, ロールサンド (ツナ)
27	水	豆乳	白飯, オーロラチキン, いんげんのごまあえ, お茶	牛乳, 大根もち
28	木	豆乳	白飯, 豚肉の香味炒め, わかめの煮物, チンゲン菜のスープ	牛乳, ホットケーキ
29	金	豆乳	《誕生会》お月見うどん, カミカミサラダ, うさぎりんご (未満児: りんごゼリー)	牛乳, おさつマドレーヌ
30	土		(運動会)	

9月の 平均栄養価	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg
3才以上児	504	21.2	16.8	234
目標量	561	22.4	15.6	253
3才未満児	424	19.8	13.9	210
目標量	460	18.4	12.8	210

9月の給食目標

よくかんでゆっくりとたべましょう



※行事や発注業者の関係で献立を一部変更する場合があります。