

9月 給食献立表

令和6年

日	曜	主食	献立名	午後のおやつ	赤色の食品 骨・筋肉・血をつくる	黄色の食品 力と体温のもと	緑色の食品 身体の調子を整える
2	月	防災の日メニュー～					
3	火	ごはん	小松菜となめこの味噌汁・鮭の塩焼き・納豆和え	メルティーフレーク	鮭・納豆	油	小松菜・ほうれん草・人参・キャベツ
4	水	スタミナ丼	わかめスープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル・チーズ	たこ焼き風ポテト	豚肉	チーズ・ごま	ねぎ・玉ねぎ・もやし・人参
5	木	実習生考案メニュー～					
6	金	ごはん	かきたま味噌汁・鶏肉のケチャップ焼き・千草和え	野菜スティック	鶏肉・鶏卵	ごま	玉ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草
7	土	野菜ちゃんぽん	野菜ちゃんぽん・チキンサラダ	お菓子	豚肉	中華麺・ドレッシング	人参・キャベツ・もやし・きゅうり
9	月	ごはん	豆腐と麩の澄まし汁・鯖の味噌煮・おなか和え	スイートポテト	鯖	油	ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草
10	火	ごはん	小松菜と油揚げの味噌汁・豚肉の生姜焼き・ごま和え	ゼリー・せんべい	豚肉	ごま	キャベツ・玉ねぎ・小松菜・人参
11	水	鶏そぼろ丼	だいこんとふのりの味噌汁・具だくさんそぼろ煮・だいこんサラダ	マーブルケーキ	鶏肉	油	大根・ねぎ・玉ねぎ・人参・きゅうり
12	木	ジャムパン	コンソメスープ・チリコンカーン・サラスパサラダ	焼きおにぎり	豚肉	マヨネーズ・じゃがいも	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり
13	金	おさかなカレー	おさかなカレー・バンサンスー・フルーツヨーグルト	カルシウムラスク	ツナ・鶏卵	ごま油・じゃがいも	人参・玉ねぎ・もやし・きゅうり
14	土	なめこうどん	なめこうどん・ツナサラダ	お菓子	ツナ	うどん・ドレッシング	人参・ねぎ・もやし・きゅうり
17	火	十五夜お楽しみメニュー～					
18	水	ごはん	大根とあおさの味噌汁・鶏肉の卵とじ・白和え	フルーチェ	鶏肉・鶏卵	ごま・油	大根・ねぎ・玉ねぎ・人参・キャベツ
19	木	ごはん	しめじとほうれん草の味噌汁・鮭の照り焼き・海藻サラダ	フォルマッジポテト	鮭	油	ほうれん草・キャベツ・人参・もやし
20	金	スパゲティ	コーンクリームスパゲティ・ヨーグルトサラダ	ココアプリン	ベーコン	スパゲティ	玉ねぎ・キャベツ・人参・きゅうり
21	土	運動会～					
24	火	炊き込みご飯	豚汁・ひじき煮・チーズ	誕生日おやつ	豚肉	ごま油・じゃがいも	人参・玉ねぎ・さやいんげん
25	水	ごはん	豆腐とわかめの味噌汁・卵焼き・なめたけ和え	お菓子	鶏肉・鶏卵	油	ねぎ・玉ねぎ・ほうれん草・キャベツ
26	木	ポークカレー	ポークカレー・春雨サラダ・フルーツヨーグルト	豆腐パン	豚肉	ごま油・じゃがいも	セロリ・人参・玉ねぎ・もやし・きゅうり
27	金	ごはん	豆腐とねぎの味噌汁・アジの唐揚げ・さっぱり和え	ゼリー・せんべい	アジ	油	ねぎ・キャベツ・人参・小松菜
28	土	味噌ラーメン	味噌ラーメン・さっぱり和え	お菓子	豚肉	中華麺・ごま油	人参・もやし・キャベツ・小松菜
30	月	ごはん	玉ねぎとえのきの味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・ゆかり和え	お麩ラスク	鶏肉・鶏卵	ごま	玉ねぎ・ほうれん草・人参・ねぎ

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください。