

日・曜日			午前おやつ	昼食			午後おやつ	
				主食	おかず	材料	献立名	材料
1	15	金	おせんべい	ごはん	豚とにんじんの彩りおろし煮 青菜のいそべ和え お味噌汁	精白米、豚肉、にんじん、だい ごん、青菜、もやし、油揚げ、 ねぎ	ヨーグルトケーキ	ホットケーキミッ クス、ヨーグルト
2	16	土	ビスケット	焼きうどん	お野菜のナムル すまし汁	うどん、豚肉、にんじん、キャ ベツ、青菜、じゃがいも、わか め、ねぎ	焼きおにぎり	精白米、ごま
4	-	月	クッキー	ひき肉ときこの 和風パスタ	かぼちゃのサラダ 和風スープ	スパゲティ、豚ひき肉、しめじ、えの き、青菜、かぼちゃ、チーズ、マヨ ネーズ、にんじん、たまねぎ	夕焼けおにぎり	精白米、にんじ ん、かつお節
5	19	火	ウエハース	ごはん	豆腐とお野菜のチャンプルー ブロッコリーの和風ナムル お味噌汁	精白米、豆腐、豚肉、もやし、にんじ ん、きゃべつ、たまねぎ、ブロッコ リー、ごま、さつまいも、ねぎ	りんご風味の蒸しパ ン	ホットケーキミッ クス、りんご ジュース(100%)
6	20	水	おせんべい	ごはん	さばのみそ煮 マカロニサラダ すまし汁	精白米、さば、マカロニ、きゅ うり、にんじん、コーン、マヨ ネーズ、わかめ、たまねぎ	フルーツヨーグルト サンド	食パン、ヨーグル ト、バナナ
7	21	木	ビスケット	豚丼	いんげんのごま和え お味噌汁	精白米、豚肉、たまねぎ、にん じん、いんげん、ごま、じゃが いも	大学芋	さつまいも、ごま
8	-	金	クッキー	おからパン	鶏肉のピザ焼き スープ フルーツ	おからパン、鶏肉、玉ねぎ、 ピーマン、チーズ、ブロッコ リー、キャベツ、牛乳、果物	ひじきのおにぎり	精白米、ひじき、 にんじん、ツナ
お彼岸献立			クッキー	具だくさんうどん	かぼちゃのいとこ煮 フルーツ	うどん、だいごん、にんじん、さ といも、油揚げ、豆腐、ねぎ、か ぼちゃ、あずき、果物	おはぎ	精白米、きな粉
-	22	金						
9	-	土	ウエハース	鶏の甘辛丼	ブロッコリーとじゃがいも炒め お味噌汁	精白米、鶏肉、ねぎ、にんじ ん、ブロッコリー、じゃがい も、ふ、わかめ	むしパン	ホットケーキミッ クス、牛乳
11	25	月	おせんべい	ごはん	麻婆豆腐 もやしとにんじんのナムル 春雨スープ	精白米、豚ひき肉、豆腐、に ら、にんじん、もやし、はるさ め、青菜	ナポリタン	スパゲティ、玉ね ぎ、ピーマン、ツ ナ
12	-	火	ビスケット	ごはん	キーマカレー コールスロー スープ	精白米、豚ひき肉、鶏ひき肉、 にんじん、たまねぎ、ピーマ ン、キャベツ、コーン、えのき	牛乳プリン	牛乳、ゼラチン
おたのしみかい おたんじょうびかい 26日(火)			ビスケット	カレーピラフ	ハンバーグ キャロットサラダ スープ	精白米、鶏肉、たまねぎ、ピーマ ン、豚ひき肉、豆腐、パン粉、ブ ロッコリー、にんじん、きゅう り、青菜	バナナとココアの ケーキ	ホットケーキミッ クス、バナナ、ココ ア、牛乳
13	27	水	クッキー	食パン	鮭のムニエル お野菜チャウダー	食パン、鮭、ブロッコリー、に んじん、キャベツ、じゃがい も、たまねぎ、牛乳	おかかチーズおにぎ り	精白米、かつお 節、チーズ
14	28	木	ウエハース	みそラーメン	ささみの中華サラダ フルーツ	中華麺、豚肉、キャベツ、にん じん、もやし、ささみ、だいご ん、果物	きな粉ボール	ホットケーキミッ クス、きな粉、牛 乳、バター
十五夜献立			おせんべい	炊き込みご飯	お月見つくね 青菜のおかか和え すまし汁	精白米、にんじん、ごぼう、油 揚げ、とりひき肉、豆腐、たま ねぎ、青菜、かつお節、しめ じ、えのき	お月見かぼちゃもち	かぼちゃ、牛乳
-	29	金						
-	30	土	ビスケット	チキンライス	ブロッコリーのチーズサラダ スープ	精白米、鶏肉、たまねぎ、ピー マン、ブロッコリー、チーズ、 じゃがいも	むしパン	ホットケーキミッ クス、牛乳

今月の平均エネルギー供給量

- ・エネルギー 469 kcal
- ・たんぱく質 18.1 g

【飲み物について】

朝おやつ、給食、午後おやつのうち、
1回を牛乳、2回を麦茶で提供します。

※都合により献立を変更
することがございます。
ご了承ください。



○今月の行事食 9/22 お彼岸献立 ・ 9/29 十五夜献立

《お彼岸》3月の春分の日、9月の秋分の日を中心とした一週間がお彼岸になります。

春のお彼岸では牡丹の花に見立てて「ぼた餅」、秋のお彼岸では萩の花に見立てて「おはぎ」と呼ばれています。

《十五夜》今年のお月見(中秋の名月)は9月29日。美しい月を眺めるだけでなく、収穫に感謝して月に見立てたもの
や収穫物をお供えするという風習もあります。園ではお月様に見立てて丸い形のつくね、かぼちゃもちを提供します♪