

令和7年度 9月献立表 普通食

日	曜日	メニュー	3時のおやつ	あか (体をつくるものになるもの)	みどり (体の調子を整えるもの)	きいろ (エネルギーのもとになるもの)	その他
1	月	ポークカレー ひじきサラダ プチゼリー	ビスケット 野菜スティック	豚肉、干しひじき ツナ缶、	人参、玉葱、コーン(缶) グリーンピース	米、じゃが芋、砂糖 マヨネーズ	カレールウ、油 醤油、塩 プチゼリー
2	火	ご飯・ごま和え イワシのおかか煮 のっぺい汁	きな粉トースト	いわし、花かつお 豆腐、油揚げ、牛乳	白菜、きゅうり、人参 大根、ねぎ	米、食パン、小麦粉 こんにゃく、里芋 片栗粉、きな粉、砂糖	醤油、みりん塩 だしかつお
3	水	ご飯・プチゼリー 豚肉のみそ炒め そうめん汁	梨 カルシウムせんべい	豚肉、みそ、かまぼこ わかめ	なす、玉葱、人参、ピーマン しめじ、ねぎ、梨	米、砂糖、そうめん	塩、醤油、油、 だしかつお プチゼリー
4	木	パン・つけ合わせ・ひなご ツナとポテのマヨネーズ焼き オニオンスープ	昆布おにぎり	鶏肉、ツナ缶、牛乳 ひなご、塩昆布 卵	玉葱、コーン(缶)、パセリ キャベツ、人参、えのき いんげん	米、パン、じゃが芋 マヨネーズ、白ごま パルメザンチーズ	コンソメ、塩、コショウ 和風玉葱ドレッシング
5	金	ご飯・バナナ 八宝菜 蒸しシューマイ	カルピスゼリー	豚肉、かまぼこ シューマイ	人参、玉葱、たけのこ水煮 白菜、しいたけ、ピーマン みかん缶、パイナップル、バナナ	米、砂糖、そうめん 片栗粉	塩、油、醤油 カルピス ゼラチン
6	土	スパゲティミートソース バナナ	お菓子	合挽ミンチ、	玉葱、人参、グリーンピース トマトピューレー バナナ	スパゲティ、小麦粉 砂糖	コンソメ、塩、コショウ、 油、ウスターソース
8	月	ご飯・ヨーグルト チンジャオロース わかめスープ	カリボテスナック アンパンマン煎餅	牛肉、わかめ、豆腐 ヨーグルト	たけのこの水煮、人参 ピーマン、ほうれん草	米、ごま油	油、醤油、塩、酒 中華だし、コショウ
9	火	夕焼けご飯・プチゼリー 里芋のみそ煮 切り干し大根サラダ	スイートポテト	豚肉、厚揚げ、みそ ちりめんじゃこ、ツナ缶 卵、牛乳、バター	人参、大根、いんげん 切り干し大根、きゅうり	米、砂糖、 里芋、さつま芋 マヨネーズ	醤油、みりん、酒 だしかつお
10	水	ご飯・おひたし タラのレモン醤油 冬瓜汁	梨 ぼたぼた焼き	タラ、ちりめんじゃこ ベーコン、花かつお わかめ	小松菜、キャベツ、人参 もやし、オクラ、レモン果汁 梨	米、片栗粉、砂糖	塩、コショウ、油 醤油、だしかつお
11	木	パン・つけ合わせ・ひなご ハンバーグ ミネストローネ	ココアゼリー	合挽ミンチ、牛乳、 ベーコン、ひなご 卵、生クリーム	玉葱、ブロッコリー、しめじ 人参、グリーンピース トマトピューレー、ホールトマト	パン、小麦粉、砂糖 マヨネーズ、マカロニ	塩、コショウ、ゼラチン ケチャップ、中濃ソース 油、ミルクココア、コンソメ
12	金	マーボー丼 小松菜のナムル バナナ	ミルク餅	豚ひき肉、豆腐 牛乳、赤みそ	玉葱、人参、ねぎ、土生姜 小松菜、キャベツ、人参 バナナ	米、砂糖、片栗粉 ごま、ごま油、きな粉	油、醤油、塩 ケッチャップ
13	土	お弁当日					
15	月	敬老の日					
16	火	ご飯・おかか和え ホキのみぞれかけ みそ汁	じゃが餅	ホキ、花かつお 豆腐、油揚げ、わかめ みそ、牛乳	大根、チンゲン菜、えのき 人参、玉葱、ねぎ	米、片栗粉、砂糖 じゃが芋	油、醤油、みりん、酒 だしかつお
17	水	ゆかりご飯・ツナ和え ひじき入り卵焼き どさんこ汁	りんご カルシウム煎餅	豚ひき肉、干しひじき 卵、ツナ缶、ゆかり 花かつお、みそ、バター	人参、玉葱、キャベツ、 コーン(缶)、土生姜、もやし ねぎ、リンゴ	米、砂糖 じゃが芋	醤油、塩、酒、油 だしかつお
18	木	パン・ジャム・ひなご イタリアンスパゲティ かぼちゃのスープ(豆乳)	オレンジゼリー	ベーコン、豆乳 ひなご	玉葱、人参、ピーマン かぼちゃペースト、パセリ みかん缶、オレンジジュース	パン、スパゲティ 片栗粉、砂糖	ケチャップ、塩、油 コショウ、コンソメ ゼラチン
19	金	チキンライス 洋風かきたま汁 バナナ	抹茶ケーキ	鶏肉、ベーコン、卵 牛乳、バター	玉葱、人参、ピーマン ほうれん草、キャベツ バナナ	米、砂糖、小麦粉 片栗粉、	ケチャップ、コンソメ 塩、油、コショウ ベーキングパウダー、抹茶
20	土	合同親子遠足					
22	月	お弁当日					
23	火	秋分の日					
24	水	パン・ひなご・プチゼリー カレーうどん コールスローサラダ	りんご 星たべよ	牛肉、ひなご	玉葱、人参、ねぎ キャベツ、きゅうり りんご	パン、うどん、砂糖 マヨネーズ	醤油、塩、油 だしかつお、プチゼリー カレールウ
25	木	ごはん・けんちん汁 鶏のさっぱり焼き きんぴらごぼう	マーブルケーキ	鶏肉、豆腐、油揚げ バター、卵、牛乳	ごぼう、人参、いんげん 大根、ねぎ、土生姜	米、砂糖、こんにゃく 糸こんにゃく、粉砂糖	醤油、みりん、酢、塩、油 だしかつお、ミルクココア ベーキングパウダー
26	金	わかめご飯・オレンジ ホキのちゃんちゃん焼き すまし汁	ボンボンドーナツ	ホキ、豆腐、わかめ 油揚げ、みそ、牛乳 卵	キャベツ、人参、ねぎ もやし、オレンジ	米、砂糖、小麦粉 粉砂糖	塩、コショウ、みりん 酒、醤油、だしかつお ベーキングパウダー、油
27	土	サンドイッチ コーンスープ プチゼリー		卵、ハム	コーンスープ	パン、マヨネーズ	プチゼリー
29	月	ご飯・即席漬け 鶏の唐揚げごま風味 さつま汁	ハッピーターン 豆乳クッキー	鶏肉、塩昆布、油揚げ みそ	きゅうり、人参、さつまいも 土生姜、玉葱、ごぼう、ねぎ	米、砂糖、白ごま 片栗粉	醤油、油、酒 だしかつお
30	火	そぼろご飯 ちゃんこ汁 バナナ	チヂミ	鶏ひき肉、豚肉 卵、油揚げ みそ、赤みそ	人参、きゅうり、キャベツ にら、土生姜、バナナ	米、砂糖、こんにゃく 小麦粉、ごま油	醤油、塩、油、酢 コショウ、だしかつお

※ 給食によって献立が変更することがあります。
※ 色文字で記されている献立は、アレルギー食材を使用のためアレルギーをお持ちのお子さまには、それらを除去し提供いたします。