

9月 給食献立表

平成29年

3歳未満児

日	曜	昼 食	お や つ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
1	金	鰯の入味噌煮 ブロッコリーのゆかり和え 冬瓜と鶏ミンチのあんかけ かぼちゃとなすの味噌汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 バナナケーキ 牛乳	普通牛乳・まさば・甘みそ・鶏ひき肉 絹ごし豆腐・鶏卵	ビスコ・三温糖・かたくり粉・米 グラニュー糖・無塩バター・薄力粉 アーモンドパウダー	にんじん・ブロッコリー・きゅうり・とうが んしょうが・西洋かぼちゃ・カットわかめ 生しいたけ・なす・たまねぎ・こまつな オレンジ・バナナ
2	土	ナポリタンスパゲッティ 白菜と小松菜のおひたし じゃが芋のみそ汁 バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 アイスボックス クッキー 牛乳	普通牛乳・豚もも肉・かつお節 甘みそ・鶏卵	どうぶつビスケット・スパゲッティ 三温糖・じゃがいも・無塩バター 上白糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・青ピーマン マッシュルーム・はくさい・こまつな 葉ねぎ・バナナ
4	月	なすのミートグラタン ツナサラダ ゆでとうもろこし 豆乳スープ 食パン	ビスコ 牛乳 きなこおはぎ 梨	普通牛乳・牛ひき肉 プロセスチーズ・ツナ缶・鶏卵 ベーコン・調整豆乳・きな粉	ビスコ・薄力粉・オリーブ油 マヨネーズ・じゃがいも・食パン・米 もち米・上白糖	なす・たまねぎ・にんじん・ズッキーニ トマト缶詰・きゅうり・キャベツ・スイートコーン 日本なし
5	火	大豆ナゲット 小松菜のじゃこ和え 切り干し大根の煮物 塩豚汁 ごはん オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 黒糖蒸しパン 牛乳	普通牛乳・大豆ドライパック缶・鶏卵 鶏ひき肉・しらす干し・焼き竹輪 豚ばら・甘みそ	どうぶつビスケット・かたくり粉 調合油・三温糖・米・薄力粉・黒砂糖 オリーブ油・ごま	しょうが・こまつな・にんじん・きゅうり 切干だいこん・乾しいたけ・たまねぎ キャベツ・えのきたけ・りょくとうもやし オレンジ
6	水	さんまのかは焼き 海藻のごまみそサラダ かぼちゃの枝豆あんかけ ほうれん草のみそ汁 ごはん バナナ	ビスコ 牛乳 りんごゼリー 牛乳	普通牛乳・さんま・甘みそ 絹ごし豆腐	ビスコ・三温糖・薄力粉・オリーブ油 ごま・かたくり粉・米・グラニュー糖	しょうが・キャベツ・きゅうり・にんじん カットわかめ・ほしひじき・スイートコーン缶詰 西洋かぼちゃ・えだまめ・ほうれんそう えのきたけ・まいたけ・バナナ りんごジュース・1000ml・りんご・寒天
7	木	肉じゃが きゃべつの昆布和え 花シュウマイ かぼちゃの味噌汁 ごはん 梨	どうぶつビスケット 牛乳 カップ桃ヨーグルト 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・牛ばら・豚ひき肉 木綿豆腐・おから・絹ごし豆腐 甘みそ・カップ桃ヨーグルト	どうぶつビスケット・じゃがいも 三温糖・ごま油・しゅうまいの皮・米 鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり 塩昆布・長ねぎ・しょうが・西洋かぼちゃ カットわかめ・生しいたけ・葉ねぎ 日本なし
8	金	ひらめのパン粉焼き 温野菜ドレッシング和え ひじきと大豆の煮物 きのこけんちん汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 米粉の白みそ クッキー 牛乳	普通牛乳・ひらめ 大豆ドライパック缶・油揚げ・白みそ 調整豆乳	ビスコ・パン粉・オリーブ油・三温糖 米・米粉・アーモンドパウダー コーンスターチ・なたね油	しょうが・パセリ・ブロッコリー・にんじん 西洋かぼちゃ・ほしひじき・まいたけ えのきたけ・生しいたけ・ほうれんそう オレンジ
9	土	マーボー丼 ブロッコリーのおかか和え 白菜ときのこの味噌汁 バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 アイスボックス クッキー 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・木綿豆腐 甘みそ・かつお削り節・鶏卵	どうぶつビスケット・米・三温糖 無塩バター・上白糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・はくさい・ぶなしめじ まいたけ・カットわかめ・バナナ
11	月	鮭のホイル焼き チンゲン菜とツナの酢の物 かぼちゃの煮物 厚揚げのみそ汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 トマトパン 牛乳	普通牛乳・しらすけ・甘みそ プロセスチーズ・ツナ缶・厚揚げ	ビスコ・三温糖・ごま・ごま油・米 強力粉・上白糖・オリーブ油	生しいたけ・えのきたけ・ぶなしめじ チンゲンサイ・りょくとうもやし・にんじん きゅうり・スイートコーン缶詰・西洋かぼちゃ カットわかめ・まいたけ・ほうれんそう オレンジ・トマト
12	火	チーズハンバーグ コールスローサラダ きのこスパゲッティ じゃがいものポタージュ ハンバーガーパンズ 梨	どうぶつビスケット 牛乳 みかんのロール ケーキ 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・牛ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・プロセスチーズ ツナ缶・しらす干し	どうぶつビスケット・パン粉 マヨネーズ・スパゲッティ オリーブ油・じゃがいも・薄力粉 コッパン・みかんのロールケーキ	たまねぎ・キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・ぶなしめじ・生しいたけ しそ・スイートコーン・パセリ・日本なし
13	水	スペイン風オムレツ きゅうりの中華和え 切り干し大根と糸昆布煮 チンゲン菜のすまし汁 ごはん バナナ	ビスコ 牛乳 ティーナゲット クッキー 牛乳	普通牛乳・ベーコン・プロセスチーズ 鶏卵・ささ身・油揚げ・焼き竹輪	ビスコ・じゃがいも・三温糖・ごま油 ごま・米・薄力粉・無塩バター 上白糖	たまねぎ・スイートコーン缶詰・パプリカ・トマト きゅうり・ほうれんそう・にんじん りょくとうもやし・切干だいこん 乾しいたけ・刻み昆布・チンゲンサイ 生しいたけ・カットわかめ・バナナ
14	木	じゃが芋とミンチのマヨネーズ焼 オクラときゃべつの和え物 カレーきんぴら 吉野汁 ごはん 梨	どうぶつビスケット 牛乳 カップいちごヨー グルト 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・豚ひき肉 鶏もも・油揚げ・蒸しかまぼこ カップイチゴヨーグルト	どうぶつビスケット・じゃがいも マヨネーズ・ごま・三温糖・干しうどん かたくり粉・米・鉄カルウエハース	たまねぎ・青ピーマン・パセリ・キャベツ オクラ・にんじん・ごぼう・にんじん こまつな・生しいたけ・日本なし
25	月	鮭のホイル焼き チンゲン菜とツナの酢の物 かぼちゃの煮物 厚揚げのみそ汁 ごはん オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 トマトパン 牛乳	普通牛乳・しらすけ・甘みそ プロセスチーズ・ツナ缶・厚揚げ	どうぶつビスケット・三温糖・ごま ごま油・米・強力粉・上白糖 オリーブ油	生しいたけ・えのきたけ・ぶなしめじ チンゲンサイ・りょくとうもやし・にんじん きゅうり・スイートコーン缶詰・西洋かぼちゃ カットわかめ・まいたけ・ほうれんそう オレンジ・トマト
26	火	五百野菜つくね トマトときゅうりの酢の物 じゃが芋の青のり和え 白菜とおつゆ麩のみそ汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 かぼちゃのガレット 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・おから・甘みそ 鶏卵	ビスコ・かたくり粉・三温糖・ごま油 じゃがいも・おつゆ麩・米・薄力粉 上白糖・無塩バター	たまねぎ・ごぼう・れんこん・さやいんげん 長ねぎ・生しいたけ・しょうが・トマト きゅうり・キャベツ・にんじん・青のり粉 はくさい・こまつな・オレンジ 西洋かぼちゃ
27	水	スペイン風オムレツ きゅうりの中華和え 切り干し大根と糸昆布煮 チンゲン菜のすまし汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 ティーナゲット クッキー 牛乳	普通牛乳・ベーコン・プロセスチーズ 鶏卵・ささ身・油揚げ・焼き竹輪	どうぶつビスケット・じゃがいも 三温糖・ごま油・ごま・米・薄力粉 無塩バター・上白糖	たまねぎ・スイートコーン缶詰・パプリカ・トマト きゅうり・ほうれんそう・にんじん りょくとうもやし・切干だいこん 乾しいたけ・刻み昆布・チンゲンサイ 生しいたけ・カットわかめ・バナナ
28	木	じゃが芋とミンチのマヨネーズ焼 オクラときゃべつの和え物 カレーきんぴら 吉野汁 ごはん 梨	ビスコ 牛乳 カップいちごヨー グルト 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・豚ひき肉 鶏もも・油揚げ・蒸しかまぼこ カップイチゴヨーグルト	ビスコ・じゃがいも・マヨネーズ・ごま 三温糖・干しうどん・かたくり粉・米 鉄カルウエハース	たまねぎ・青ピーマン・パセリ・キャベツ オクラ・にんじん・ごぼう・にんじん こまつな・生しいたけ・日本なし
29	金	鰯の入味噌煮 ブロッコリーのゆかり和え 冬瓜と鶏ミンチのあんかけ かぼちゃとなすの味噌汁 ごはん オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 バナナケーキ 牛乳	普通牛乳・まさば・甘みそ・鶏ひき肉 絹ごし豆腐・鶏卵	どうぶつビスケット・三温糖 かたくり粉・米・グラニュー糖 無塩バター・薄力粉 アーモンドパウダー	にんじん・ブロッコリー・きゅうり・とうが んしょうが・西洋かぼちゃ・カットわかめ 生しいたけ・なす・たまねぎ・こまつな オレンジ・バナナ
30	土	ナポリタンスパゲッティ 白菜と小松菜のおひたし じゃが芋のみそ汁 バナナ	ビスコ 牛乳 アイスボックス クッキー 牛乳	普通牛乳・豚もも肉・かつお節 甘みそ・鶏卵	ビスコ・スパゲッティ・三温糖 じゃがいも・無塩バター・上白糖 薄力粉	たまねぎ・にんじん・青ピーマン マッシュルーム・はくさい・こまつな 葉ねぎ・バナナ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	蛋白質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
434 kcal	16.9 g	15.4 g	277 mg	2.0 mg	226 μg	0.20 mg	0.37 mg	29 mg

9月 給食献立表

平成29年

3歳以上児

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 15 29	金 金 金	鯖の人参味噌煮 ブロッコリーのゆかり和え 冬瓜と鶏ミンチのあんかけ かぼちゃとなすの味噌汁 ごはん オレンジ	バナナケーキ 牛乳	まさば・甘みそ・鶏ひき肉 絹ごし豆腐・鶏卵 普通牛乳	三温糖・かたくり粉・米 グラニュー糖・無塩バター 薄力粉 アーモンドパウダー	にんじん・ブロッコリー・きゅうり とうがん・しょうが・西洋かぼちゃ カットわかめ・生しいたけ・なす たまねぎ・こまつな・オレンジ バナナ
2 16 30	土 土 土	ナポリタンスパゲッティ 白菜と小松菜のおひたし じゃが芋のみそ汁 バナナ	アイスボックス クッキー 牛乳	豚もも肉・かつお節 甘みそ・鶏卵・普通牛乳	スパゲッティ・三温糖 じゃがいも・無塩バター 上白糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・青ピーマン マッシュルーム・はくさい こまつな・葉ねぎ・バナナ
4	月	なすのミートグラタン ツナサラダ ゆでとうもろこし 豆乳スープ 食パン 梨	きなこおはぎ 牛乳	牛ひき肉・プロセスチーズ ツナ缶・鶏卵・ベーコン 調製豆乳・きな粉 普通牛乳	薄力粉・オリーブ油 マヨネーズ・じゃがいも 食パン・米・もち米 上白糖	なす・たまねぎ・にんじん ズッキーニ・トマト缶詰・きゅうり キャベツ・スイートコーン・日本なし
5 19	火 火	大豆ナゲット 小松菜のじゃこ和え 切り干し大根の煮物 塩豚汁 ごはん オレンジ	黒糖蒸しパン 牛乳	大豆ドライパック缶・鶏卵 鶏ひき肉・しらす干し 焼き竹輪・豚ばら・甘みそ 普通牛乳	かたくり粉・調合油 三温糖・米・薄力粉 黒砂糖・オリーブ油・ごま	しょうが・こまつな・にんじん きゅうり・切干しいたごん 乾しいたけ・たまねぎ・キャベツ えのきたけ・りょうとうもやし オレンジ
6 20	水 水	さんまのかば焼き 海藻のごまみそサラダ かぼちゃの枝豆あんかけ ほうれん草のみそ汁 ごはん バナナ	りんごゼリー 牛乳	さんま・甘みそ 絹ごし豆腐・普通牛乳	三温糖・薄力粉 オリーブ油・ごま かたくり粉・米 グラニュー糖	しょうが・キャベツ・きゅうり にんじん・カットわかめ ほしひじき・スイートコーン缶詰 西洋かぼちゃ・えだまめ ほうれんそう・えのきたけ まいたけ・バナナ りんごジュース・1000ml りんご・寒天
7 21	木 木	肉じゃが きやべつのはちま和え 花シュウマイ かぼちゃの味噌汁 ごはん 梨	カップ桃ヨーグルト 鉄カルウエハース 牛乳	牛ばら・豚ひき肉 木綿豆腐・おから 絹ごし豆腐・甘みそ カップ桃ヨーグルト 普通牛乳	じゃがいも・三温糖 ごま油・しゅうまいの皮・米 鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・キャベツ きゅうり・塩昆布・長ねぎ しょうが・西洋かぼちゃ カットわかめ・生しいたけ 葉ねぎ・日本なし
8 22	金 金	ひらめのパン粉焼き 温野菜ドレッシング和え ひじきと大豆の煮物 きのこけんちん汁 ごはん オレンジ	米粉の白みそ クッキー 牛乳	ひらめ・大豆ドライパック缶 油揚げ・白みそ・調製豆乳 普通牛乳	パン粉・オリーブ油 三温糖・米・米粉 アーモンドパウダー コーンスターチ・なたね油	しょうが・パセリ・ブロッコリー にんじん・西洋かぼちゃ ほしひじき・まいたけ えのきたけ・生しいたけ ほうれんそう・オレンジ
9	土	マーボー丼 ブロッコリーのおかか和え 白菜ときのこの味噌汁 バナナ	アイスボックス クッキー 牛乳	豚ひき肉・木綿豆腐 甘みそ・かつお節 鶏卵・普通牛乳	米・三温糖・無塩バター 上白糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん ブロッコリー・スイートコーン缶詰 はくさい・ぶなしめじ・まいたけ カットわかめ・バナナ
11 25	月 月	鮭のホイル焼き チンゲン菜とツナの酢の物 かぼちゃの煮物 厚揚げのみそ汁 ごはん オレンジ	トマトパン 牛乳	しろさけ・甘みそ プロセスチーズ・ツナ缶 厚揚げ・普通牛乳	三温糖・ごま・ごま油・米 強力粉・上白糖 オリーブ油	生しいたけ・えのきたけ ぶなしめじ・チンゲンサイ りょうとうもやし・にんじん きゅうり・スイートコーン缶詰 西洋かぼちゃ・カットわかめ まいたけ・ほうれんそう オレンジ・トマト
12	火	チーズハンバーグ コールスローサラダ きのこスパゲッティ じゃがいものポタージュ ハンバーガーパンズ 梨	みかんのロール ケーキ 牛乳	豚ひき肉・牛ひき肉 木綿豆腐・鶏卵 普通牛乳・プロセスチーズ ツナ缶・しらす干し	パン粉・マヨネーズ スパゲッティ・オリーブ油 じゃがいも・薄力粉 コッペパン みかんのロールケーキ	たまねぎ・キャベツ・きゅうり にんじん・スイートコーン缶詰 ぶなしめじ・生しいたけ・しそ スイートコーン・パセリ・日本なし
13 27	水 水	スペイン風オムレツ きゅうりの中華和え 切り干し大根と糸昆布 煮 チンゲン菜のすまし汁 ごはん バナナ	ティーナゲット クッキー 牛乳	ベーコン・プロセスチーズ 鶏卵・ささ身・油揚げ 焼き竹輪・普通牛乳	じゃがいも・三温糖 ごま油・ごま・米・薄力粉 無塩バター・上白糖	たまねぎ・スイートコーン缶詰 パプリカ・トマト・きゅうり ほうれんそう・にんじん りょうとうもやし・切干しいたごん 乾しいたけ・刻み昆布 チンゲンサイ・生しいたけ カットわかめ・バナナ
14 28	木 木	じゃが芋とミンチのマヨ ネーズ焼 オクラときやべつのはちま 和え カレーきんぴら 吉野汁 ごはん 梨	カップいちご ヨーグルト 鉄カルウエハース 牛乳	鶏ひき肉・豚ひき肉 鶏もも・油揚げ 煮しかまぼこ カップイチゴヨーグルト 普通牛乳	じゃがいも・マヨネーズ ごま・三温糖・干しうどん かたくり粉・米 鉄カルウエハース	たまねぎ・青ピーマン・パセリ キャベツ・オクラ・にんじん ごぼう・にんじん・こまつな 生しいたけ・日本なし
26	火	五目野菜つくね トマトときゅうりの酢の物 じゃが芋の青のり和え 白菜とおつゆ麩のみそ汁 ごはん 梨	かぼちゃのガレット 牛乳	鶏ひき肉・おから・甘みそ 普通牛乳・鶏卵	かたくり粉・三温糖・ごま油 じゃがいも・おつゆ麩・米 薄力粉・上白糖 無塩バター	たまねぎ・ごぼう・れんこん さいいんげん・長ねぎ 生しいたけ・しょうが・トマト きゅうり・キャベツ・にんじん 青のり粉・はくさい・こまつな 日本なし・西洋かぼちゃ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	蛋白質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
536 kcal	20.7 g	17.7 g	295 mg	2.4 mg	280 μg	0.28 mg	0.42 mg	35 mg