

9月給食献立予定表

キッズ	昼食		3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	身体の調子を整えるもの			
1	水	ご飯 カラスカレイの磯パン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ (バナナ)	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・なす・バナナ・玉ねぎ・人参・切干大根	296 kcal 9.3 g 8.4 g 45.5 g 0.5 g	小麦	午前 牛乳・クッキー
								午後 麦茶 ゼリー
2	木	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏ひき肉とチンゲン菜の中華炒め じゃこと白菜の炒り煮 みそ汁	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	ちりめん干し・鶏肉・味噌	インゲン・コーン・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ	269 kcal 10.4 g 7.6 g 38.2 g 1 g	小麦	麦茶・せんべい
								カルピス おやき
3	金	ケチャップライス さつま芋のツナグラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・さつま芋・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ヨーグルト・鶏肉・豆乳	えのき茸・グリーンピース・プロッコリー・玉ねぎ・人参	325 kcal 11.4 g 8.1 g 49.9 g 0.6 g	乳・小麦	麦茶・ビスケット
								麦茶 ホットケーキ
6	月	ナポリタン ほうれん草のツナサラダ スープ	スパゲッティ・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉	なす・ピーマン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ	262 kcal 11.6 g 9.7 g 31.7 g 0.9 g	小麦	牛乳・クッキー
								麦茶 フルーチェ
7	火	カレーライス 大根ときゅうりのごまサラダ フルーツ (りんご)	ごま・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	豚肉	きゅうり・りんご・玉ねぎ・人参・大根	283 kcal 7.6 g 6.5 g 47.4 g 0.7 g		麦茶・せんべい
								麦茶 おやき
8	水	鉄分強化!ふりかけご飯 白糸タラの甘酢漬け 鶏肉とほうれん草の煮物 みそ汁 フルーツ (バナナ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・鶏肉・味噌	ごぼう・バナナ・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ	284 kcal 12.5 g 6.6 g 42.3 g 0.9 g	小麦	牛乳・ビスケット
								麦茶 ゼリー
9	木	ご飯 チキンソテー 白菜とわかめのしらす和え みそ汁	ご飯・砂糖・焼ふ・油	しらす干し・鶏肉・味噌	チンゲン菜・ワカメ・玉ねぎ・人参・白菜	250 kcal 9.7 g 6.2 g 36.9 g 1 g	小麦	麦茶・クッキー
								麦茶 ヨーグルト
10	金	●さつま芋おにぎり 豚肉ときのこのみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ フルーツ (りんご)	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・きゅうり・コーン・しめじ・りんご・人参・舞茸	290 kcal 10.1 g 6.8 g 46.1 g 0.5 g	小麦	麦茶・せんべい
								麦茶 蒸しパン
13	月	肉うどん かぼちゃの信田煮 フルーツ (オレンジ)	うどん・砂糖・油	豚肉・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・長ねぎ	257 kcal 10.5 g 7.3 g 37 g 0.8 g	小麦	牛乳・ビスケット
								麦茶 プリン
14	火	豚肉の甘辛丼 さっぱりポテトサラダ みそ汁	ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・油	豆乳・豚肉・味噌	インゲン・パプリカ黄・ほうれん草・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	272 kcal 10.8 g 5.2 g 43.4 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー
								麦茶 牛乳寒天
15	水	ご飯 カラスカレイの磯パン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ (バナナ)	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・なす・バナナ・玉ねぎ・人参・切干大根	296 kcal 9.3 g 8.4 g 45.5 g 0.5 g	小麦	牛乳・ビスケット
								麦茶 おやき
16	木	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏ひき肉とチンゲン菜の中華炒め じゃこと白菜の炒り煮 みそ汁	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	ちりめん干し・鶏肉・味噌	インゲン・コーン・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ	269 kcal 10.4 g 7.6 g 38.2 g 1 g	小麦	麦茶・せんべい
								麦茶 フルーチェ
17	金	ケチャップライス さつま芋のツナグラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・さつま芋・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ヨーグルト・鶏肉・豆乳	えのき茸・グリーンピース・プロッコリー・玉ねぎ・人参	325 kcal 11.4 g 8.1 g 49.9 g 0.6 g	乳・小麦	牛乳・クッキー
								麦茶 ホットケーキ
21	火	●お月見カレー 大根とアスパラのサラダ フルーツ (みかん缶)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	豚肉	アスパラ・みかん缶・レーズン・玉ねぎ・人参・大根	291 kcal 7.7 g 5.3 g 51.8 g 0.8 g		麦茶・ビスケット
								麦茶 ゼリー

9月給食献立予定表

キ ツ ズ	昼 食		3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ	
			熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの			午前	午後
22	水	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの甘酢漬け 鶏肉とほうれん草の煮物 みそ汁 フルーツ（パイナップル）	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	シロイトタラ・鶏 肉・味噌	ごぼう・パイナップル 缶・パプリカ赤・ほうれ ん草・玉ねぎ・人参・長 ねぎ	288 kcal 12.5 g 6.6 g 43.1 g 0.9 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 ヨーグルト	
24	金	しめじと油揚げの炊き込みご飯 豚肉とさつまいものみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ すまし汁	ごま・ご飯・さつま 芋・砂糖・油	豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・きゅうり・ コーン・しめじ・なす・ 人参・長ねぎ	299 kcal 10.9 g 7.6 g 45 g 0.8 g	小麦	麦茶・ビスケット 麦茶 プリン	
27	月	肉うどん かぼちゃの信田煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・砂糖・油	豚肉・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・チ ンゲン菜・人参・長ねぎ	257 kcal 10.5 g 7.3 g 37 g 0.8 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 おやき	
28	火	豚肉の甘辛丼 さっぱりポテトサラダ みそ汁	ご飯・じゃが芋・花 ふ・砂糖・油	豆乳・豚肉・味噌	インゲン・パプリカ黄・ ほうれん草・玉ねぎ・人 参・万能ねぎ	272 kcal 10.8 g 5.2 g 43.4 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー 麦茶 ポテト	
29	水	ご飯 カラスカレイの磯パン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ（バナナ）	ご飯・パン粉・砂 糖・小麦粉・油	カラスカレイ・味 噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・な す・バナナ・玉ねぎ・人 参・切干大根	296 kcal 9.3 g 8.4 g 45.5 g 0.5 g	小麦	牛乳・ビスケット カルピス ゼリー	
30	木	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏ひき肉とチンゲン菜の中華炒め じゃこと白菜の炒り煮 みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉・油	ちりめん干し・鶏 肉・味噌	インゲン・コーン・ごぼ う・チンゲン菜・玉ね ぎ・人参・白菜・万能ね ぎ	269 kcal 10.4 g 7.6 g 38.2 g 1 g	小麦	麦茶・クッキー 麦茶 牛乳寒天	
						kcal g g g g			
						kcal g g g g			

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量			
	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	塩分g
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	284	11.2	7,3	0.8



※都合により、献立を変更する場合がございます。

※本工場では小麦・乳を使用しております。

※本商品製造工場では、小麦・乳・卵・えび・落花生を含む製品を製造しています。