



令和6年9月献立表(幼児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	
2月 木	19 屋食	ご飯 中華スープ マーボー豆腐 もやしのナムル 洋なし缶	米 砂糖、片栗粉 ごま油、いりごま	豚肉、豆腐、みそ ハム	かぶ、えのき ねぎ、しょうが もやし、にんじん 洋なし缶	エネルギー 670kCal たんぱく質 23.3g 脂 質 18.9g カルシウム 264g 食塩相当量 2.4g
	午後おやつ	牛乳 クリームコンフェ	クリームコンフェ	牛乳		
3火	13 屋食	豚丼 みそ汁 きゅうりとささみの中華サラダ オレンジ	米 砂糖、ごま油	豚肉、豆腐、みそ 油揚げ、みそ 鶏肉	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく なめこ きゅうり オレンジ	エネルギー 544kCal たんぱく質 22.1g 脂 質 18.3g カルシウム 175mg 食塩相当量 1.8g
	午後おやつ	牛乳 蒸しパン(さつまい)	ホットケーキミックス、油、砂糖、さつまい	牛乳 牛乳		
4水	20 屋食	ふりかけご飯(おかか) みそ汁 さんまの塩焼き ポテトサラダ 白桃缶	米 焼き麩 じゃがいも、マヨネーズ	ふりかけおかか 卵、みそ さんま 魚肉ソーセージ	きゅうり、にんじん 白桃缶	エネルギー 511kCal たんぱく質 18.6g 脂 質 18.9g カルシウム 154mg 食塩相当量 1.5g
	午後おやつ	牛乳 ピーチゼリー		牛乳	ピーチゼリーの素	
5木	27 屋食	ミート焼きそば 野菜スープ 大根とツナのサラダ パイン缶	やきそば麺、砂糖 和風ドレッシング	豚肉 ツナ	キャベツ、たまねぎ、にんじん 白菜、たまねぎ、にんじん だいこん、きゅうり、コーン パイン缶	エネルギー 501kCal たんぱく質 16.8g 脂 質 13.8g カルシウム 167mg 食塩相当量 2.2g
	午後おやつ	牛乳 カスタードワッフル	カスタードワッフル	牛乳		
6金	18 屋食	こどもパン コンソメスープ 鶏肉の照り焼き カリフラワーのサラダ りんご缶	こどもパン 砂糖 フレンチドレッシング	鶏肉 ベーコン	キャベツ、小松菜 カリフラワー、ブロッコリー、にんじん りんご缶	エネルギー 301kcal たんぱく質 12.1g たんぱく質 10.1g カルシウム 44mg 食塩相当量 1.7g
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき(うすしお)	やわらかおかき(うすしお)	麦茶		
9月 火	24 屋食	ご飯 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草のごま和え 黄桃缶	米 じゃがいも すりごま、砂糖	みそ ハンバーグ ツナ	あさつき ほうれん草、にんじん 黄桃缶	エネルギー 561kCal たんぱく質 21.1g 脂 質 15.7g カルシウム 97mg 食塩相当量 2.1g
	午後おやつ	麦茶 お好み焼き	お好み焼き	麦茶 かつお節	青のり	
10火 木	26 屋食	ご飯 すまし汁 鶏肉のごまみそ焼き 豆腐の煮物 みかん缶	米 砂糖、すりごま 砂糖	鶏肉、みそ 豆腐、さつま揚げ	わかめ、コーン にんじん、しいたけ、いんげん みかん缶	エネルギー 500kCal たんぱく質 19.5g 脂 質 9.4g カルシウム 108mg 食塩相当量 1.9g
	午後おやつ	野菜ジュース たまごボーロ	たまごボーロ		野菜ジュース	
11水	屋食	ロールパン クリームシチュー キャベツとちくわのサラダ バナナ	ロールパン じゃがいも 和風ドレッシング	ウインナーソーセージ、牛乳 ちくわ	にんじん、たまねぎ キャベツ、にんじん バナナ	エネルギー 402kCal たんぱく質 14.1g 脂 質 18.8g カルシウム 234mg 食塩相当量 1.6g
	午後おやつ	牛乳 ソフトシュークリーム	ソフトシュークリーム	牛乳		
12木 月	30 屋食	ご飯 みそ汁 鮭のフライ スパゲティサラダ フルーツカクテル缶	米 さつまいも 油 スパゲティ、マヨネーズ	みそ 鮭フライ ハム	ねぎ きゅうり、にんじん フルーツカクテル缶	エネルギー 569kCal たんぱく質 21.3g 脂 質 19.3g カルシウム 155g 食塩相当量 1.6g
	午後おやつ	牛乳 プーチクレープ(カスタード)	プーチクレープ(カスタード)	牛乳		
17火	☆ 十五夜給食☆	カレーライス(うさぎのハンバーグ添え) 小松菜の和え物 バナナ	米、じゃがいも	うさぎ型ハンバーグ、オムシート ツナ	たまねぎ、にんじん 小松菜、にんじん バナナ	512kcal たんぱく質 15.7g 脂 質 13.9g カルシウム 268g 食塩相当量 2.3g
	午後おやつ	飲むヨーグルト 十五夜ゼリー	十五夜ゼリー	飲むヨーグルト		
25水	☆ お誕生 日給食☆	ご飯 みそ汁 鶏のから揚げ コロコロサラダ カットゼリー	米 油、小麦粉、片栗粉 マヨネーズ	油揚げ、みそ 鶏肉、卵 大豆水煮、ベーコン	かぼちゃ しょうが きゅうり、にんじん、コーン カットゼリー	エネルギー 629kcal たんぱく質 20.9g 脂 質 19.2g カルシウム 108mg 食塩相当量 1.0g
	午後おやつ	ヤクルト ケーキ	ケーキ	ヤクルト		



※おやつ 9月9日(土) アンパンマンビスケット、9月18日(月) ベジたべる 9月23日(土) サッポロポテト
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。