



# 令和6年9月献立表(未満児)



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 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 金	13 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(さつま芋)	ホットケーキミックス、油、砂糖、さつま芋	牛乳 牛乳		
4水 金	20 食	ふりかけご飯(おおか) 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	ふりかけおおか 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 金	27 食	ミート焼きそば 野菜スープ 大根とツナのサラダ ハイン缶	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 ハイン缶	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 水	18 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 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 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 金	26 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 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 プチクレープ(カスタード)	プチクレープ(カスタード)	牛乳		
17火 土	☆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 土	☆お誕生日給食☆	ご飯 みそ汁 鶏のから揚げ ココロサラダ 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。