

日 ／ 曜	献立名	おやつ	材 料 名			補食
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2 ／ 月	ごはん みそ汁(なめこ、玉葱) とんかつ ひじき煮	カントリービスケット 牛乳 バナナ	水稲穀粒(精白米) 薄力粉/パン粉/サラダ油 三温糖/バター メープルシロップ	みそ/かつお節 豚ロース/干ひじき 油揚げ/牛乳/クリーム	なめこ/玉ねぎ にんじん/さやいんげん ★バナナ	にゅうめん 牛乳
3 ／ 火	牛乳パン オニオンスープ ピザチキン マカロニサラダ	塩焼きそば 麦茶 ぶどう	牛乳パン/バター マカロニ/マヨネーズ 蒸し中華めん/サラダ油	ベーコン/鶏もも肉 チーズ/豚ひき肉	玉ねぎ/とうもろこし缶 きゅうり/にんじん キャベツ/もやし ぶどう	おにぎり 牛乳
4 ／ 水	ごま塩ごはん みそ汁(もやし・油揚げ) 鮭のステーキ キャベツとコーンのソテー	スノーボールクッキー 牛乳 梨	水稲穀粒(精白米)/ごま 薄力粉/サラダ油 三温糖/バター/粉糖	油揚げ/みそ/かつお節 鮭/スキムミルク/牛乳	もやし/キャベツ とうもろこし缶/なし	ぞうすい 牛乳
5 ／ 木	ちゃんぽん風うどん かぼちゃのそぼろ煮 チーズ	やきおにぎり(みそ) 麦茶 バナナ	うどん(ゆで)/ごま油 三温糖/水稲穀粒(精白米)	かまぼこ/こんぶ かつお節/鶏ひき肉 チーズ/みそ	キャベツ/にんじん たけのこ/しいたけ かぼちゃ/玉ねぎ さやいんげん/★バナナ	チャーハン 牛乳
6 ／ 金	ごはん すまし汁(しめじ・みつば なすと豚肉味噌炒め ごまあえ	スイートポテト 牛乳 りんご	水稲穀粒(精白米) ごま油/サラダ油/三温糖 ごま/さつまいも バター	かつお節/こんぶ 豚ひき肉/みそ/牛乳 クリーム	しめじ/みつば/なす ピーマン/ねぎ しょうが/ほうれんそう もやし/にんじん りんご	にゅうめん 牛乳
7 ／ 土	中華風そぼろ丼 コンソメスープ コールスローサラダ	蒸しパン 麦茶 果物	水稲穀粒(精白米) 三温糖/かたくり粉 サラダ油/ごま油 マヨネーズ/薄力粉	豚ひき肉/牛乳	玉ねぎ/グリーンピース にんじん/だいこん とうもろこし缶 キャベツ/きゅうり 果物	おにぎり 牛乳
9 ／ 月	和風きのこスパゲティ すまし汁(麩・大根) 花野菜サラダ	ぎょうざの皮ピザ 牛乳 バナナ	スパゲティ/サラダ油 焼きふ/マヨネーズ ぎょうざの皮	豚もも肉/かつお節 のり/こんぶ/ベーコン チーズ/牛乳	しめじ/えのきたけ 玉ねぎ/だいこん ブロッコリー カリフラワー/ピーマン ★バナナ	ぞうすい 牛乳
10 ／ 火	バターロール おくらスープ タンドリーチキン 子ぎつねサラダ	じゃことコーンのごはん 麦茶 りんご	バターロールパン 三温糖/サラダ油 水稲穀粒(精白米)	鶏もも肉/ヨーグルト 油揚げ/かつお節 しらす干し	オクラ/玉ねぎ/レタス きゅうり/水菜 とうもろこし缶/りんご	にゅうめん 牛乳
11 ／ 水	ごはん みそ汁(あおさ・小ねぎ) さんまのかば焼き(幼) かれないのかば焼き(乳) 切り昆布煮付け	マカロニきな粉あえ 牛乳 バナナ	水稲穀粒(精白米) 薄力粉/三温糖 サラダ油/マカロニ	あおさ/かつお節/みそ ★さんま(幼) かれない(乳)/刻み昆布 焼き竹輪/きな粉 牛乳	こねぎ/にんじん さやいんげん/★バナナ	おにぎり 牛乳
12 ／ 木	うさぎごはん さつまいものみそ汁 つくね キャベツのゆかり和え	ケーキ(幼) フルーツサンド(乳) 麦茶	水稲穀粒(精白米) さつまいも/焼きふ パン粉 ショートケーキ(幼) 食パン(乳)/三温糖	ウィンナー/かつお節 みそ/鶏ひき肉/牛乳 クリーム(乳)	玉ねぎ/キャベツ もも缶/みかん缶	チャーハン 牛乳
13 ／ 金	ポークカレーライス わかめの中華スープ 豆腐サラダ	フルーツヨーグルト 麦茶 リッツ	水稲穀粒(精白米) じゃがいも/サラダ油 ごま油/三温糖/リッツ	豚もも肉/わかめ 木綿豆腐/のり ヨーグルト	玉ねぎ/にんじん ねぎ/レタス/きゅうり 水菜/★バナナ みかん缶/もも缶	ぞうすい 牛乳
14 ／ 土	鶏丼 野菜スープ のり和え	マフィン 麦茶 果物	水稲穀粒(精白米) サラダ油/三温糖/薄力粉 バター	鶏もも肉/焼きのり/牛乳	玉ねぎ/グリーンピース にんじん/えのきたけ こまつな/もやし/果物	おにぎり 牛乳
17 ／ 火	牛乳パン オニオンスープ ピザチキン マカロニサラダ	塩焼きそば 麦茶 ぶどう	牛乳パン/バター マカロニ/マヨネーズ 蒸し中華めん/サラダ油	ベーコン/鶏もも肉 チーズ/豚ひき肉	玉ねぎ/とうもろこし缶 きゅうり/にんじん キャベツ/もやし ぶどう	おにぎり 牛乳
18 ／ 水	ごま塩ごはん みそ汁(もやし・油揚げ) 鮭のステーキ キャベツとコーンのソテー	スノーボールクッキー 牛乳 梨	水稲穀粒(精白米)/ごま 薄力粉/サラダ油 三温糖/バター/粉糖	油揚げ/みそ/かつお節 鮭/スキムミルク/牛乳	もやし/キャベツ とうもろこし缶/なし	ぞうすい 牛乳
19 ／ 木	ちゃんぽん風うどん かぼちゃのそぼろ煮 チーズ	やきおにぎり(みそ) 麦茶 バナナ	うどん(ゆで)/ごま油 三温糖/水稲穀粒(精白米)	かまぼこ/こんぶ かつお節/鶏ひき肉 チーズ/みそ	キャベツ/にんじん たけのこ/しいたけ かぼちゃ/玉ねぎ さやいんげん/★バナナ	チャーハン 牛乳

日 ／ 曜	献立名	おやつ	材 料 名			補食
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
20 ／ 金	ごはん すまし汁(しめじ・みつば) なすと豚肉味噌炒め ごまあえ	スイートポテト 牛乳 りんご	水稲穀粒(精白米) ごま油/サラダ油/三温糖 ごま/さつまいも バター	かつお節/こんぶ 豚ひき肉/みそ/牛乳 クリーム	しめじ/みつば/なす ピーマン/ねぎ しょうが/ほうれんそう もやし/にんじん りんご	にゅうめん 牛乳
21 ／ 土	中華風そぼろ丼 コンソメスープ コールスローサラダ	蒸しパン 麦茶 果物	水稲穀粒(精白米) 三温糖/かたくり粉 サラダ油/ごま油 マヨネーズ/薄力粉	豚ひき肉/牛乳	玉ねぎ/グリーンピース にんじん/だいこん とうもろこし缶 キャベツ/きゅうり 果物	おにぎり 牛乳
24 ／ 火	バターボール おくらスープ タンドリーチキン 子ぎつねサラダ	じゃことコーンのごはん 麦茶 りんご	バターボールパン 三温糖/サラダ油 水稲穀粒(精白米)	鶏もも肉/ヨーグルト 油揚げ/かつお節 しらす干し	オクラ/玉ねぎ/レタス きゅうり/水菜 とうもろこし缶/りんご	にゅうめん 牛乳
25 ／ 水	ごはん みそ汁(あおさ・小ねぎ) さんまのかば焼き(幼) かれのいかば焼き(乳) 切り昆布煮付け	マカロニきな粉あえ 牛乳 バナナ	水稲穀粒(精白米) 薄力粉/三温糖 サラダ油/マカロニ	あおさ/かつお節/みそ ★さんま(幼) かれの(乳)/刻み昆布 焼き竹輪/きな粉 牛乳	こねぎ/にんじん さやいんげん/★バナナ	おにぎり 牛乳
26 ／ 木	クリームスパゲティ キャベツスープ ブロッコリーサラダ	おかかおにぎり 麦茶 ぶどう	スパゲティ/バター 薄力粉/三温糖/ごま油 水稲穀粒(精白米)	鶏もも肉/牛乳 ベーコン/かつお節	玉ねぎ/グリーンピース にんじん/キャベツ ブロッコリー/ぶどう	にゅうめん 牛乳
27 ／ 金	ポークカレーライス わかめの中華スープ 豆腐サラダ	フルーツヨーグルト 麦茶 リッツ	水稲穀粒(精白米) じゃがいも/サラダ油 ごま油/三温糖/リッツ	豚もも肉/わかめ 木綿豆腐/のり ヨーグルト	玉ねぎ/にんじん ねぎ/レタス/きゅうり 水菜/★バナナ みかん缶/もも缶	ぞうすい 牛乳
28 ／ 土	鶏丼 野菜スープ のり和え	マフィン 麦茶 果物	水稲穀粒(精白米) サラダ油/三温糖/薄力粉 バター	鶏もも肉/焼きのり/牛乳	玉ねぎ/グリーンピース にんじん/えのきたけ こまつな/もやし/果物	おにぎり 牛乳
30 ／ 月	ごはん みそ汁(なめこ、玉葱) とんかつ ひじき煮	カントリービスケット 牛乳 バナナ	水稲穀粒(精白米) 薄力粉/パン粉/サラダ油 三温糖/バター メープルシロップ	みそ/かつお節 豚ロース/干ひじき 油揚げ/牛乳/クリーム	なめこ/玉ねぎ にんじん/さやいんげん ★バナナ	にゅうめん 牛乳

☆乳児クラスは9時の水分補給で牛乳がです
 ☆仕入れの都合上、献立を変更する場合があります
 ☆12日はお誕生日会です

エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)

幼児

528

17.9

16.5

乳児

461

16.6

15.0



非常食の備えは できていますか？

9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

準備するとよいもの
 飲料水(1人1日3L×3日分)・3日分の非常食・医薬品・懐中電灯・携帯ラジオ・予備の電池・カセットコンロ・ガスボンベ・貴重品(現金・身分証明書・通帳、印鑑、保険証ほか)

