



給食だより



| 日 | 曜 | 10時おやつ | 主食 | 昼食献立名 | 材料(昼食と午後おやつ) | | | 3時おやつ |
|----|---|--------------------|-----|---|--|--------------------------------|---|-----------------------------|
| | | | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 1 | 日 | | | | | | | |
| 2 | 月 | ぎゅうにゅう てつりウエハス | ごはん | おやこに あおなとえのきのおひたし トマト | ホットケーキ粉、 じゃがいも、砂糖、 米 | 牛乳、卵、鶏肉、凍 り豆腐、きな粉 | トマト、ほうれんそう、たまね ぎ、えのきだけ、にんじん、干し ぶどう | ぎゅうにゅう きなこむしばん バナナ |
| 3 | 火 | ぎゅうにゅう しろいふうせん | ごはん | さかなのごまだれづけあげ ひじきのものに ブロッコリー みそしる | なたね油、片栗粉、 砂糖、油、小麦粉、 米 | だら、ミルク、ちく わ、米みそ、薄揚 げ、にぼし | ブロッコリー、だいこん、にんじ ん、しめじ、ねぎ、しいたけ、い んげん、ひじき、ごま | ミルク チーズおかし バナナ |
| 4 | 水 | ぎゅうにゅう えびせんべい | パン | やさしいラーメン きりほしあえ スモールパン | 生中華めん、油、 ロールパン | ミルク、豚肉 | ほうれんそう、キャベツ、パイ ン、にんじん、もやし、たまね ぎ、メンマ、ねぎ、切り干しだい こん | ミルク やさしいスティック バナナ |
| 5 | 木 | ぎゅうにゅう おととと | ごはん | とりにくのてりやき コーンいりおひたし くたくさんじる | じゃがいも、砂糖、 油、片栗粉、米 | 牛乳、鶏肉、米み そ、にぼし | なし、大豆もやし、キャベツ、に んじん、たまねぎ、だいこん、こ ぼろ、コーン、えのきだけ、しょ うが | ぎゅうにゅう なし バナナ |
| 6 | 金 | ぎゅうにゅう オレンジ | ごはん | ポークビーンズ シュウマイ レモンあえ | じゃがいも、油、砂 糖、米 | ミルク、豚肉、蒸し 大豆 | たまねぎ、キャベツ、トマト缶、 にんじん、きゅうり、もやし、し もん果汁 | ミルク クラッカー こさかな(以上卵のみ) |
| 7 | 土 | | パン | パン ぎゅうにゅう バナナ ソーセージ | ロールパン | 牛乳、ソーセージ | バナナ | おちゃ おかし |
| 8 | 日 | | | | | | | |
| 9 | 月 | ぎゅうにゅう カルシウムあられ | ごはん | やさしいたっぷりカレー フルーツサラダ スティックきゅうり | じゃがいも、油、米 グルト(無糖) | ミルク、豚肉、ヨー グルト(無糖) | たまねぎ、バナナ、きゅうり、に んじん、もも缶、みかん缶、パイ ン缶、なす、かぼちゃ | ミルク オールレーズン バナナ |
| 10 | 火 | ぎゅうにゅう ポーロ | ごはん | はっばうさい はるさめサラダ トマト | はるさめ、ごま油、 砂糖、片栗粉、米 | ミルク、卵、豚肉、 えび、いか、しらす 干し | トマト、キャベツ、ブロッ コリー、きゅうり、たけのこ、干し しいたけ、にんじん、カットわか め | ミルク ぎゅうにゅうかりんとう |
| 11 | 水 | ぎゅうにゅう ほしたべよ | ごはん | にくどうふ トマト ゆかりあえ ももかん | 砂糖、米 | 木綿豆腐、ミルク、 豚肉 | トマト、キャベツ、もも缶、チン ゲンサイ、たまねぎ、ねぎ、にん じん、きゅうり、しいたけ | ミルク リングドーナツ バナナ |
| 12 | 木 | ぎゅうにゅう マリー | パン | ミートスパゲティ オレンジ にらたまスープ | マカロニ・スパゲ ティ、油、片栗粉、 バター、ロールパン | 卵、豚ひき肉、粉 チーズ | オレンジ、たまねぎ、にんじん、 ピーマン、にら、グリーンピース | ヨーグルトジョイ こつぶっこ バナナ |
| 13 | 金 | ぎゅうにゅう バナナ | ごはん | さかなのムニエル はなやさいサラダ みそしる | さといも、油、フレ ンチドレッシング、 小麦粉、砂糖、片栗 粉、バター、米 | 牛乳、鮭、厚揚げ、 米みそ、にぼし | キャベツ、ブロッコリー、カリフ ラワー、ねぎ、トマト、しめじ、 みかん缶、にんじん | ぎゅうにゅう おかし バナナ |
| 14 | 土 | | パン | パン ぎゅうにゅう バナナ ソーセージ | ロールパン | 牛乳、ソーセージ | バナナ | おちゃ おかし |
| 15 | 日 | | | | | | | |
| 16 | 月 | | | | | | | |

| 日 | 曜 | 10時おやつ | 主食 | 昼食献立名 | 材料(昼食と午後おやつ) | | | 3時おやつ |
|----|---|------------------|-----|---|----------------------|------------------------------------|---|--------------------|
| | | | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 17 | 火 | ぎゅうにゅう ぼたぼたやき | ごはん | うさぎハンバーグ キャベツのツナあえ トマト すましじる | 油、白玉ふ、砂糖、 米 | ハンバーグ、絹ごし 豆腐、ミルク、ツナ 油漬缶、かつお節 | トマト、キャベツ、たまねぎ、も やし、にんじん、えのきだけ、ね ぎ、こんぶ、ごま | ミルク おつきみゼリー |
| 18 | 水 | ぎゅうにゅう ビスコ | ごはん | 豚肉の甘酢あん トマト ポイルやさい みそしる | さつまいも、片栗 粉、油、米 | 牛乳、絹ごし豆腐、 豚肉、米みそ、卵、 にぼし | バナナ、トマト、キャベツ、もや し、たまねぎ、にんじん、ねぎ、 ピーマン、しいたけ、ごぼう | ぎゅうにゅう バナナ |
| 19 | 木 | とうにゅう オレンジ | ごはん | やさざかな きんぴらごぼう トマト みそしる | さつまいも、油、ご ま油、砂糖、米 | 鮭、厚揚げ、さつま いも、米みそ、にぼ し | トマト、ごぼう、たまねぎ、ほう れんそう、突きこんにゃく、にん じん、いんげん、えのきだけ、ご ま、カットわかめ | とうにゅう ふかしいも |
| 20 | 金 | ぎゅうにゅう ソフトサラダ | ごはん | にくたんごスープ たまごやき ナムル | 片栗粉、油、砂糖、 ごま油、米 | 肉団子、卵、ミルク | だいこん、キャベツ、にんじん、 ほうれんそう、きゅうり、もや し、たまねぎ、煮ピーマン、ピー マン、ねぎ | ミルク アツパンマンピスケット |
| 21 | 土 | | パン | パン ぎゅうにゅう バナナ ソーセージ | ロールパン | 牛乳、ソーセージ | バナナ | おちゃ おかし |
| 22 | 日 | | | | | | | |
| 23 | 月 | | | | | | | |
| 24 | 火 | ぎゅうにゅう バナナ | ごはん | さばのみそに ごまあえ トマト みそしる | 米、砂糖 | さば、絹ごし豆腐、 ちくわ、米みそ、に ぼし | トマト、だいこん、ほうれんそ う、キャベツ、にんじん、ねぎ、 しめじ、ごま | おちゃ しんまいおにぎり |
| 25 | 水 | ぎゅうにゅう ぱりんこ | ごはん | ひじきごはん えびカツレツ キャベツのパンサラダ すましじる | 米、パン粉、油、小 麦粉 | えび、木綿豆腐、鶏 もも肉、卵、薄揚げ | りんご果汁、キャベツ、ほうれん そう、パン缶、きゅうり、にん じん、えのきだけ、ひじき | オレンジジュース ケーキ |
| 26 | 木 | ぎゅうにゅう フレンチパイ | パン | にくうどん ブロッコリー こまつなのおかかあえ | ゆであうどん、砂糖、 ロールパン | ミルク、鶏肉、かま ぼこ、かにかまぼ こ、かつお節 | ほうれんそう、ブロッコリー、に んじん、たまねぎ、しめじ、ね ぎ、こんぶ、干ししいたけ | ミルク はかうけ |
| 27 | 金 | ぎゅうにゅう 丸ぼうろ | ごはん | ごはん かぼちゃクロック きりほしだいこんのサラダ みそしる | 油、砂糖、米 | 牛乳、厚揚げ、ちく わ、米みそ、にぼし | バナナ、なす、たまねぎ、きゅう り、にんじん、コーン、切り干し だいこん、かぼちゃ | ぎゅうにゅう バナナ |
| 28 | 土 | | パン | パン ぎゅうにゅう バナナ ソーセージ | ロールパン | 牛乳、ソーセージ | バナナ | おちゃ おかし |
| 29 | 日 | | | | | | | |
| 30 | 月 | ぎゅうにゅう Caごません | ごはん | ごはん おかし にんじんのあまに かきたまじる | じゃがいも、油、片 栗粉、砂糖、米 | 豚肉、脱脂粉乳、卵 | たまねぎ、にんじん、しめじ、 ピーマン、ねぎ | ミルク ミニたい焼き |

だんごやすすきを
供えて楽しむ お月見

今年の十五夜は9月17日です

だんごを食べる時は 丸いものやつるつと
口に入るものは注
意!

食べやすい大きさにして、お子さんにはゆっくりよくかんでのみ込
むように伝えます。窒息の危険があるので、食べている間は遊んだり
歩いたりしないように注意して、目を離さないようにしましょう。