

2023年 9月給食献立表

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
1	金	ご飯 鯖の塩焼きと梅和え フライドポテト 大根の味噌汁	鯖	米 じゃが芋	梅 小松菜 コーン 大根 人参 玉葱 葱
2	土	ウインナーパン	ウインナー	パン	
3~5歳はお弁当です。					
4	月	親子ラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	鶏肉 卵 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ほうれん草 玉葱 コーン バナナ
5	火	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 もやしのスープ	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮	ピーマン 人参 筍 玉葱 ニラ ブロッコリー もやし 玉葱 人参 ほうれん草
6	水	ご飯 麻婆豆腐 レバーの変わり揚げと添え野菜 わかめのすまし汁	豆腐 ミンチ レバー	米	筍 人参 玉葱 椎茸 葱 コーン わかめ えのき 人参
7	木	十六穀米 鶏肉の醤油焼きと添え野菜 春雨サラダ 小松菜のスープ	鶏肉 ハム	米 十六穀米 春雨	キャベツ 胡瓜 小松菜 玉葱 人参
8	金	ご飯 鮭のムニエルと添え野菜 マカロニグラタン えのきのすまし汁	鮭 チーズ	米 マカロニ	ブロッコリー 玉葱 コーン えのき 椎茸 人参 ほうれん草
9	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	キャベツ 人参
3~5歳はお弁当です。					
11	月	他人丼 わかめの酢の物 なめこの味噌汁	豚肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 人参 胡瓜 なめこ 玉葱 人参 小松菜
12	火	ご飯 手作りがんと添え野菜 中華風春雨サラダ 大根のすまし汁	ミンチ 豆腐 ハム	米 胡麻 春雨	玉葱 ひじき コーン 胡瓜 大根 人参 ほうれん草
13	水	焼きそば 卵焼きと添え野菜 わかめのスープ	豚肉 卵	中華麺	キャベツ 玉葱 人参 ブロッコリー わかめ 玉葱 人参
14	木	ご飯 カレイの照り焼きとおかか和え いんげんの胡麻和え 小松菜のすまし汁	かれい かつお ちくわ	米 胡麻	ほうれん草 いんげん 人参 小松菜 えのき 人参
15	金	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 ほうれん草の胡麻和え 春雨スープ	鶏肉 うす揚げ	米 十六穀米 胡麻 春雨	キャベツ 葱 ほうれん草 人参 玉葱 人参 小松菜
16	土	ハムマヨパニーニ	ハム	パン	
3~5歳はお弁当です。					
18	月	敬老の日(お休み)			



南ヶ丘こども園

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
19	火	カレーライス マカロニサラダ 果物	豚肉 ハム	米 じゃが芋 マカロニ	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 バナナ
20	水	ご飯 鯖の竜田揚げと添え野菜 ちくわの煮物 麩のすまし汁	鯖 ちくわ	米	ブロッコリー 大根 人参 えのき 人参 ネギ
21	木	ナポリタン ポテトサラダ かきたま汁	ウインナー ハム 卵	スパゲッティ じゃが芋	玉葱 人参 ピーマン 胡瓜 玉葱 人参 小松菜
22	金	さつま芋ご飯 鶏肉の唐揚げと添え野菜 切り干し大根の煮物 なすの味噌汁	鶏肉 うす揚げ	米 さつま芋	ブロッコリー 切り干し大根 人参 ナス 玉葱 人参 えのき ネギ
23	土	秋分の日(お休み)			
25	月	チキンピラフ ひじきの煮物 玉葱のスープ	鶏肉 うす揚げ	米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 玉葱 人参 ほうれん草
26	火	ご飯 鮭の塩焼きと添え野菜 南瓜の煮物 きのこの味噌汁	鮭	米	ブロッコリー 南瓜 いんげん えのき 椎茸 玉葱 小松菜
27	水	十六穀米 豚づけと添え野菜 三色盛り チンゲン菜のスープ	豚肉 ハム	米 十六穀米 春雨	キャベツ 胡瓜 チンゲン菜 玉葱 人参 ほうれん草
28	木	渦巻うどん ちくわの磯部揚げと添え野菜 果物	鶏肉 なんと ちくわ	うどん	人参 ほうれん草 青のり コーン バナナ
29	金	十六穀米 チキンカツと添え野菜 金平 ほうれん草の味噌汁	鶏肉	米 十六穀米 蒟蒻	キャベツ 牛蒡 人参 ほうれん草 玉葱 人参
30	土	お弁当の日(給食はありません)			

秋

関東地方の
郷土料理

秋

今月の見本はたんぽぽ組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはさくら・ゆり組さんがします。