

2025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	月	カレーライス マカロニサラダ 果物	豚肉	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
2	火	ミートスパゲッティ 洋風卵焼き えのきのスープ	豚ミンチ ベーコン 卵	スパゲッティ	玉葱 人参 ほうれん草 えのき 人参 玉葱
3	水	十六穀米 鶏肉の醤油麹焼きと添え野菜 南瓜の煮物 わかめのすまし汁	鶏肉	米 十六穀米	ブロッコリー 南瓜 いんげん わかめ 椎茸 人参 葱
4	木	ご飯 マーボー豆腐 ささ身のフリッターと添え野菜 玉葱のスープ	ミンチ 豆腐 ささ身	米	玉葱 人参 椎茸 筍 葱 コーン 玉葱 人参 ほうれん草
秋	5	十六穀米 鯖の塩焼きとおかか和え 春雨サラダ なめこの味噌汁	鯖 かつお 卵	米 十六穀米 春雨 胡麻	ほうれん草 胡瓜 人参 なめこ 人参 玉葱 小松菜
6	土	ウインナーパン	ウインナー	パン	果物もしくはスープ
8	月	チキンピラフ ひじきの煮物 ほうれん草のスープ 果物	鶏肉 うす揚げ	米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 ほうれん草 人参 玉葱 バナナ
9	火	三色丼 ウインナーとじゃが芋の炒め物 大根の味噌汁	ミンチ 卵 ウインナー	米 じゃが芋	いんげん 大根 玉葱 人参
秋	10	十六穀米 鮭のムニエルと添え野菜 マカロニグラタン 春雨スープ	鮭 チーズ	米 十六穀米 マカロニ 春雨	ブロッコリー 玉葱 マッシュルーム 玉葱 人参 ほうれん草
11	木	ご飯 肉じゃが レバーの香り揚げと添え野菜 わかめの味噌汁	豚肉 レバー	米 じゃが芋 蒟蒻	玉葱 人参 コーン わかめ 玉葱 人参 小松菜
12	金	十六穀米 カレーの照り焼きと梅和え パンプキンボール 青梗菜のスープ	カレイ	米 十六穀米 そうめん	梅 小松菜 南瓜 青梗菜 玉葱 人参
13	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	果物もしくはスープ
15	月	敬老の日(お休み)			
16	火	ハヤシライス シーチキンサラダ 果物	豚肉 シーチキン	米	玉葱 人参 マッシュルーム 胡瓜 人参 バナナ
17	水	十六穀米 鯖の竜田揚げと梅和え 春雨サラダ 南瓜の味噌汁	鯖 卵	米 十六穀米 春雨	梅 小松菜 胡瓜 人参 南瓜 玉葱 人参 葱

四国地方の郷土料理

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
18	木	讃岐うどん ちくわの磯部揚げと添え野菜 果物	うす揚げ なんと ちくわ	うどん	人参 葱 青のり コーン バナナ
19	金	十六穀米 鶏肉の唐揚げと添え野菜 豆腐サラダ 大根のスープ	鶏肉 豆腐 じゃこ	米 十六穀米	ブロッコリー 胡瓜 大根 玉葱 人参 ほうれん草
20	土	エッグ	卵	パン	果物もしくはスープ
秋	22	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ニラ もやし 玉葱 コーン ぶどう
23	火	勤労感謝の日(お休み)			
24	水	他人丼 わかめの酢の物 小松菜の味噌汁	豚肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 人参 胡瓜 小松菜 玉葱 人参
秋	25	ご飯 鮭の塩焼きと添え野菜 野菜の煮物 なめこのすまし汁	鮭 厚揚げ	米	ブロッコリー 大根 人参 なめこ 椎茸 えのき ほうれん草
秋	26	さつま芋ご飯 油淋鶏と添え野菜 三色盛り ナスの味噌汁	鶏肉 卵	米 さつま芋 春雨	キャベツ 葱 胡瓜 なす 玉葱 人参 えのき
27	土	お弁当の日(給食はありません)			
29	月	ジャージャー麺 卵焼きと添え野菜 きのこのスープ	ミンチ 卵	中華麺	玉葱 人参 筍 椎茸 葱 胡瓜 えのき 人参 玉葱 椎茸 ほうれん草
30	火	ご飯 鶏肉のマーメレード焼きと添え野菜 いんげんの胡麻和え 小松菜のすまし汁	鶏肉 ちくわ	米 胡麻	キャベツ いんげん 人参 小松菜 人参 えのき

3~5歳はお弁当です。

3~5歳はお弁当です。

3~5歳はお弁当です。

エネルギー 529kcal ・ タンパク質 21.8g ・ 脂質 17.5g ・ カルシウム248mg

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