

# 2024年 9月 給食献立表 (離乳食)

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
2日 月 13日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏むね肉のやみつきちキン 磯豆煮 野菜の味噌汁	やわらかごはん 鶏むね肉のやみつきちキン 磯豆煮 野菜の味噌汁	ごはん 鶏むね肉のやみつきちキン 磯豆煮 野菜の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・大豆・味噌・米 砂糖・ひじき・人参 キャベツ・玉ねぎ・もやし	鶏肉・大豆・味噌・米 砂糖・ひじき・人参 ごぼう・キャベツ・玉ねぎ・もやし	鶏肉・大豆・油揚げ・味噌・牛乳・米 油・砂糖・ケチャップ・ひじき・人参 ごぼう・キャベツ・玉ねぎ・もやし
3日 火 17日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 煮込みハンバーグ ほうれん草サラダ かぼちゃスープ	やわらかごはん 煮込みハンバーグ ほうれん草サラダ かぼちゃスープ	ごはん ◎ハンバーグ◎お月見ハンバーグ ミモザサラダ かぼちゃのポターシュ
	午後食		ミルク	お茶・おふ入りおじや	牛乳・おふうスク
	食材		豚肉・米・パン粉 砂糖 玉ねぎ・ほうれん草・きゅうり・かぼちゃ	豚肉・米・パン粉 砂糖・ケチャップ・麩 玉ねぎ・ほうれん草・きゅうり・かぼちゃ	豚肉・卵・スキムミルク・牛乳・米・パン粉 薄力粉・油・砂糖・麩・バター・ケチャップ 玉ねぎ・ほうれん草・きゅうり・かぼちゃ・コーン
4日 水 18日 水	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食 		おかゆ 豆腐と野菜のソテー ブロッコリーのおかか和え 白菜とえのきの味噌汁	やわらかごはん 豆腐と野菜のソテー ブロッコリーのおかか和え 白菜とえのきの味噌汁	ごはん 擬製豆腐 ブロッコリーのおかか和え 白菜とえのきの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・きな粉トースト
	食材		豆腐・ひき肉・鰹節・味噌 米・砂糖・人参 ひじき・椎茸・ブロッコリー・もやし・白菜・えのき・わかめ	豆腐・ひき肉・鰹節・味噌 米・油・砂糖・食パン・人参 ひじき・椎茸・ブロッコリー・もやし・白菜・えのき・わかめ	豆腐・ひき肉・いんげん・卵・鰹節・味噌・ヨーグルト 牛乳・きな粉・米・油・砂糖・食パン・マーガリン・人参 ひじき・椎茸・ブロッコリー・もやし・白菜・えのき・わかめ
5日 木 19日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り焼き ほうれん草のおひたし きのこ汁	やわらかごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草のおひたし きのこ汁	ごはん チキンカツ ほうれん草のごま和え きのこ汁
	午後食		ミルク	お茶・鮭がゆ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・鮭 砂糖・米・ほうれん草・人参 もやし・えのき・舞茸・しめじ・長ねぎ	鶏肉・豆腐・味噌・鮭 砂糖・米・ほうれん草・人参 もやし・えのき・舞茸・しめじ・長ねぎ	鶏肉・チーズ・豆腐・味噌・牛乳・薄力粉 パン粉・油・ごま・砂糖・米・ほうれん草・人参 もやし・えのき・舞茸・しめじ・長ねぎ
6日 金 20日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鮭の西京焼き 小松菜の白和え 麩と水菜のすまし汁	やわらかごはん 鮭の西京焼き 小松菜の白和え 麩と水菜のすまし汁	ごはん 鮭の西京焼き 小松菜の白和え 麩と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・チーズかゆ	牛乳・クラッカー・ジャムサンド
	食材		鮭・味噌・豆腐・米・砂糖 麩・小松菜・人参・水菜 わかめ	鮭・味噌・豆腐・米・砂糖 麩・小松菜・人参・水菜 わかめ・チーズ	鮭・味噌・豆腐・牛乳・米・砂糖 油・ごま・麩・小松菜・人参・水菜 わかめ・いちごジャム
7日 土 21日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		鶏と野菜の塩うどん 豆腐チャンプル	鶏と野菜の塩うどん 豆腐チャンプル バナナ	鶏と野菜の塩うどん 豆腐チャンプル バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・鰹節・うどん 長ねぎ・人参・キャベツ 玉ねぎ	鶏肉・豆腐・鰹節・うどん 長ねぎ・人参・キャベツ 玉ねぎ・バナナ	鶏肉・豆腐・鰹節・牛乳・うどん ごま油・長ねぎ・人参・キャベツ 玉ねぎ・バナナ

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
9日 月 24日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉とじゃが芋の煮物 きゅうりと人参のサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	やわらかごはん 鶏肉とじゃが芋の煮物 きゅうりと人参のサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	ごはん チキンカレー 切り干し大根のサラダ 豆腐とわかめのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・きなこがゆ	牛乳・◎おからケーキ④おはぎ
	食材		鶏肉・豆腐 米・じゃが芋・砂糖・きゅうり 人参・玉ねぎ・わかめ	鶏肉・豆腐・きな粉 米・じゃが芋・油・砂糖・きゅうり 人参・玉ねぎ・わかめ	鶏肉・豆腐・おから・卵・牛乳・きな粉 米・じゃが芋・油・砂糖・ごま油・薄力粉・きゅうり バター・人参・玉ねぎ・ケチャップ・切干大根・わかめ
10日 火 25日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ カレーの照り焼き 野菜の和え物 なめこの味噌汁	やわらかごはん カレーの照り焼き 野菜の和え物 なめこの味噌汁	ごはん さばの照り焼き 野菜とハムの和え物 なめこの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・菓子
	食材		カレー・豆腐・味噌・米 砂糖・もやし・きゅうり・人参 なめこ・水菜	カレー・豆腐・味噌・米 砂糖・もやし・きゅうり・人参 なめこ・水菜・青のり	さば・ハム・豆腐・味噌・牛乳・米・油 砂糖・ごま油・もやし・きゅうり・人参 なめこ・水菜
11日 水 27日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		ビビンバがゆ 粉ふき芋 大根とわかめのスープ	ビビンバがゆ 粉ふき芋 大根とわかめのスープ	ビビンバ フライドポテト 大根とわかめのスープ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・豆乳蒸しパン
	食材		豚肉・米・砂糖 じゃが芋 小松菜・人参・もやし・大根・わかめ	豚肉・米・砂糖・油 じゃが芋 小松菜・人参・もやし・大根・わかめ	豚肉・牛乳・チーズ・豆乳・米・砂糖・油 ごま油・ごま・じゃが芋・H/M・りんご 小松菜・人参・もやし・大根・わかめ
12日 木 30日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		野菜しょうゆうどん キャベツとささみのサラダ	野菜しょうゆうどん キャベツとささみのサラダ	野菜しょうゆラーメン キャベツとささみのサラダ
	午後食		ミルク	お茶・おかがゆ	牛乳・混ぜ込みいなり
	食材		豚肉・鶏肉・うどん 米・砂糖・もやし 玉ねぎ・人参・チンゲン菜・キャベツ	豚肉・鶏肉・うどん・油 米・砂糖・もやし・鰹節 玉ねぎ・人参・チンゲン菜・キャベツ	豚肉・鶏肉・牛乳・油揚げ・中華麺・油 ごま油・マヨネーズ・米・砂糖・ごま・もやし 玉ねぎ・人参・チンゲン菜・キャベツ
14日 土 28日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		麻婆豆腐がゆ 粉ふき芋 わかめスープ	麻婆豆腐がゆ 粉ふき芋 わかめスープ バナナ	麻婆豆腐丼 粉ふき芋 わかめスープ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・豆腐・味噌・米・砂糖・片栗粉 じゃが芋・人参・長ねぎ・椎茸 青のり・わかめ・玉ねぎ	豚肉・豆腐・味噌・米・砂糖・片栗粉 じゃが芋・人参・長ねぎ・椎茸 青のり・わかめ・玉ねぎ・バナナ	豚肉・豆腐・味噌・牛乳・米・油・砂糖・片栗粉 ごま油・じゃが芋・ごま・人参・長ねぎ・椎茸 青のり・にら・わかめ・玉ねぎ・バナナ
26日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り焼き フレンチサラダ 豚汁	やわらかごはん 鶏肉の照り焼き フレンチサラダ 豚汁	わかめごはん 鶏肉のから揚げ フレンチサラダ 豚汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・ココアパウンドケーキ
	食材		鶏肉・豚肉・豆腐・味噌・米 片栗粉・砂糖・里芋・わかめ・キャベツ 人参・きゅうり・大根・長ねぎ	鶏肉・豚肉・豆腐・味噌・米・油 片栗粉・砂糖・里芋・わかめ・キャベツ 人参・きゅうり・大根・長ねぎ・ごぼう	鶏肉・豚肉・油揚げ・豆腐・味噌・牛乳・米・油 片栗粉・砂糖・里芋・薄力粉・バター・わかめ・キャベツ 人参・きゅうり・大根・長ねぎ・ごぼう

	午前 おやつ	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
2日月 13日金	牛乳 菓子	ごはん	鶏むね肉のやみつきチキン 磯豆煮 野菜の味噌汁	牛乳 菓子	とりにく あぶらあげ だいず みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう	けちやつぶ きゃべつ ひじき たまねぎ にんじん もやし ごぼう	482kcal 23.0g 脂: 15.7g 塩: 1.7g
3日火 17日火	牛乳 菓子	ごはん	③ハンバーグ⑩お月見ハンバーグ ミモザサラダ かぼちゃのポターージュ	牛乳 おふラスク	ぶたにく たまご ずきむみるく ぎゅうにゅう	こめ さとう ばんこ ぶ はくりきこ ばたー あぶら	たまねぎ こーん けちやつぶ かぼちゃ ほうれんそう きゅうり	513kcal 19.9g 脂: 21.3g 塩: 1.4g
4日水 18日水	ヨーグルト	ごはん	擬製豆腐 ブロッコリーのおかか和え 白菜とえのきの味噌汁	牛乳 きな粉トースト	とうふ よーぐると とりにく きゅうにゅう いんげん きなこ・みそ かつおぶし たまご	こめ まーがりん あぶら さとう しょぼん	にんじん もやし ひじき はくさい しいたけ えのき ぶろっりー わかめ	479kcal 21.0g 脂: 17.4g 塩: 1.7g
5日木 19日木	牛乳 チーズ	ごはん	チキンカツ ほうれん草のごま和え きのこ汁	牛乳 菓子	とりにく ちーず とうふ みそ ぎゅうにゅう	はくりきこ さとう ばんこ こめ あぶら ごま	ほうれんそう まいだけ にんじん しめじ もやし ながねぎ えのき	480kcal 23.9g 脂: 19.2g 塩: 1.5g
6日金 20日金	牛乳 菓子	ごはん	鮭の西京焼き 小松菜の白和え 麩と水菜のすまし汁	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	さけ みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ ぶ さとう あぶら ごま	こまつな いちごじゃむ にんじん みすな わかめ	429kcal 20.9g 脂: 14.7g 塩: 1.3g
7日土 21日土	牛乳 菓子	鶏と野菜の 塩うどん	豆腐チャンプル バナナ	牛乳 菓子	とりにく とうふ かつおぶし ぎゅうにゅう	うどん こまあぶら	ながねぎ ばなな にんじん きゃべつ たまねぎ	437kcal 20.7g 脂: 16.9g 塩: 1.2g
9日月 24日火	牛乳 菓子	ごはん	チキンカレー 切り干し大根のサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 ◎おからケーキ ④おはぎ	とりにく きゅうにゅう とうふ きなこ おから たまご	こめ こまあぶら じゃがいも はくりきこ あぶら ばたー さとう	にんじん きゅうり たまねぎ わかめ けちやつぶ きりぼしさいこん	510kcal 17.2g 脂: 20.4g 塩: 2.0g
10日火 25日水	牛乳 菓子	ごはん	さばの照り焼き 野菜とハムの和え物 なめこの味噌汁	牛乳 菓子	さば きゅうにゅう はむ とうふ みそ	こめ あぶら さとう こまあぶら	もやし みすな きゅうり にんじん なめこ	495kcal 21.7g 脂: 20.1g 塩: 1.4g
11日水 27日金	牛乳 チーズ	ヒピンバ	フライドポテト 大根とわかめのスープ	牛乳 豆乳蒸しパン	ぶたにく ぎゅうにゅう ちーず とうにゅう	こめ こま さとう じゃがいも あぶら H/M こまあぶら	りんご だいこん こまつな わかめ にんじん もやし	512kcal 18.5g 脂: 22.5g 塩: 1.3g
12日木 30日月	牛乳 菓子	野菜しょうゆ ラーメン	キャベツとささみのサラダ 季節のフルーツ	牛乳 混ぜ込みいなり	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう あぶらあげ	ちゅうかめん こめ あぶら さとう こまあぶら こま まよねーず	もやし きゃべつ たまねぎ なし にんじん ちんげんさい	481kcal 19.3g 脂: 16.8g 塩: 1.2g
14日土 28日土	牛乳 菓子	麻婆豆腐丼	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ こまあぶら あぶら じゃがいも さとう こま かたくりこ	にんじん いら ながねぎ わかめ しいたけ たまねぎ あおのり ばなな	471kcal 15.6g 脂: 15.8g 塩: 1.1g
26日木 	牛乳 菓子	わかめごはん	鶏肉のから揚げ フレンチサラダ 豚汁	牛乳 ココアパウダーケーキ	とりにく とうふ かにかま みそ ぶたにく きゅうにゅう あぶらあげ	こめ さといも かたくりこ しらたき あぶら はくりきこ さとう ばたー	わかめ だいこん きゃべつ ごぼう にんじん ながねぎ きゅうり	541kcal 25.1g 脂: 20.6g 塩: 1.6g

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。  
12日、30日に梨がでます。食べた事がない方は試してみてください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
485kcal	20.5g	18.3g	1.3g

# 2024年 9月 給食献立表 (幼児)

	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
2日 月 13日 金	ごはん	鶏むね肉のやみつきチキン 磯豆煮 野菜の味噌汁	牛乳 菓子	とりにく あぶらあげ だいす みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう	けちゃっぶ きゃべつ ひじき たまねぎ にんじん もやし ごぼう	530kcal 25.8g 脂: 16.0g 塩: 2.0g
3日 火 17日 火	ごはん	③ハンバーグ⑦お月見ハンバーグ ミモザサラダ かぼちゃのポタージュ	牛乳 おふラスク	ぶたにく たまご すきむみるく ぎゅうにゅう	こめ さとう ばんこ ふ はくりきこ ばたー あぶら	たまねぎ こーん けちゃっぶ かぼちゃ ほうれんそう きゅうり	564kcal 22.0g 脂: 22.1g 塩: 1.7g
4日 水 18日 水	ごはん	擬製豆腐 ブロッコリーのおかか和え 白菜とえのきの味噌汁	牛乳 きな粉トースト	とうふ たまご とりにく ぎゅうにゅう いんげん きなこ・みそ かつおぶし	こめ まーがりん あぶら さとう しよくばん	にんじん もやし ひじき はくさい しいたけ えのき ぶろっこり わかめ	558kcal 23.5g 脂: 19.7g 塩: 2.0g
5日 木 19日 木	ごはん	チキンカツ ほうれん草のごま和え きのこ汁	牛乳 菓子	とりにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	はくりきこ さとう ばんこ こめ あぶら ごま	ほうれんそう まいたけ にんじん しめじ もやし ながねぎ えのき	515kcal 24.5g 脂: 17.9g 塩: 1.4g
6日 金 20日 金	ごはん	鮭の西京焼き 小松菜の白和え 麩と水菜のすまし汁	牛乳 クラッカー-ジャムサンド	さけ みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ ふ さとう あぶら ごま	こまつな いちごジャム にんじん みずな わかめ	470kcal 23.9g 脂: 14.6g 塩: 1.6g
7日 土 21日 土	鶏と野菜の 塩うどん	豆腐チャンプル バナナ	牛乳 菓子	とりにく とうふ かつおぶし ぎゅうにゅう	うどん ごまあぶら	ながねぎ ばなな にんじん きゃべつ たまねぎ	477kcal 23.2g 脂: 18.2g 塩: 1.4g
9日 月 24日 火	ごはん	チキンカレー 切り干し大根のサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 ⑨おからケーキ ⑭おはぎ	とりにく ぎゅうにゅう とうふ きなこ おから あんこ たまご	こめ ごまあぶら じゃがいも はくりきこ あぶら ばたー さとう	にんじん きゅうり たまねぎ わかめ けちゃっぶ まりほしたいこ	558kcal 18.6g 脂: 20.7g 塩: 2.4g
10日 火 25日 水	ごはん	さばの照り焼き 野菜とハムの和え物 なめこの味噌汁	牛乳 菓子	さば ぎゅうにゅう はむ とうふ みそ	こめ あぶら さとう ごまあぶら	もやし みずな きゅうり にんじん なめこ	542kcal 24.5g 脂: 21.8g 塩: 1.7g
11日 水 27日 金	ピピンバ	フライドポテト 大根とわかめのスープ	牛乳 豆乳蒸しパン	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ	こめ ごま さとう じゃがいも あぶら H/M ごまあぶら	りんご だいこん こまつな わかめ にんじん もやし	555kcal 17.8g 脂: 22.1g 塩: 1.2g
12日 木 30日 月	野菜しょうゆ ラーメン	キャベツとささみのサラダ 季節のフルーツ	牛乳 混ぜ込みいなり	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう あぶらあげ	ちゅうかめん こめ あぶら さとう ごまあぶら ごま まよねーず	もやし きゃべつ たまねぎ なし にんじん ちんげんさい	529kcal 21.3g 脂: 17.4g 塩: 1.4g
14日 土 28日 土	麻婆豆腐丼	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら あぶら じゃがいも さとう ごま かたくりこ	にんじん いら ながねぎ わかめ しいたけ たまねぎ あおのり ばなな	519kcal 16.8g 脂: 16.9g 塩: 1.3g
26日 木 	わかめごはん	鶏肉のから揚げ フレンチサラダ 豚汁	牛乳 ココアパウンドケーキ	とりにく とうふ かにかま みそ ぶたにく ぎゅうにゅう あぶらあげ	こめ さといも かたくりこ しらたき あぶら はくりきこ さとう ばたー	わかめ だいこん きゃべつ ごぼう にんじん ながねぎ きゅうり	607kcal 28.6g 脂: 22.8g 塩: 1.9g

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。  
12日、30日に梨がでます。また、24日のおやつで、あんこ  
が出ます。食べた事がない方は、試してみてください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
537kcal	22.7g	19.2g	1.7g