



# 9月給食予定献立表



第2の我が家  
フレンドランド

日	曜	1歳～5歳児共通献立					1・2歳児	
		主食	汁物	主菜	副菜		午後 おやつ	午前 おやつ
2	月	ごはん	小松菜と人参のみそ汁	タラのムニエル	はんぺん入り たまご焼き	チンゲン菜と ベーコンのソテー	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
3	火	ごはん	キャベツと厚揚げのみそ汁	豚肉の生姜焼き (玉ねぎソテー付)	南瓜の甘煮	ほうれん草の おかか和え	ホットケーキ	フルーツ 牛乳
4	水	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
5	木	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
6	金	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
7	土	ごはん	玉ねぎと卵のみそ汁	焼魚(鮭) (きゅうりの浅漬け付)	ほうれん草と ウインナーのクリーム煮	小松菜のなめ茸和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
9	月	ごはん	小松菜と長ネギのみそ汁	煮魚(カレイ)	パンプキンチーズ	キャベツと人参の 中華和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
10	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
11	水	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
12	木	ごはん	大根とわかめのみそ汁	肉豆腐	ネバネバ納豆小鉢	ブロッコリーと ベーコンのソテー	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
13	金	五目うどん		えびの天ぷら	じゃが芋ときゅうりの ごまマヨ和え	煮豆(金時)	きなこ トースト	フルーツ 牛乳
14	土	ごはん	チンゲン菜と丸麩のみそ汁	ささみのごま焼き	小松菜と厚揚げの煮浸し	アスパラと トマトのサラダ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
16	月	敬老の日						
17	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
18	水	大豆カレー	クリームコーンと青ねぎのスープ	鶏ムネ肉のピカタ	*カレーの具 (小松菜ソテー付)	フルーツ・チーズ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
19	木	ごはん	キャベツと人参のみそ汁	さんまのかば焼き (さくら大根付)	人参といんげんの 白和え	ほうれん草のおひたし	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
20	金	醤油ラーメン		鶏ハム	さつま芋スティック	トマト・黒豆	みかん ゼリー	フルーツ 牛乳
21	土	ごはん	チンゲン菜と豆腐のみそ汁	チンジャオロース	じゃが芋の塩煮	ブロッコリーのツナ和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
23	月	振替休日					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
24	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
25	水	ごはん	ほうれん草と人参のみそ汁	肉じゃが	マカロニサラダ	きゅうりと カニカマの酢の物	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
26	木	ごはん	キャベツと高野豆腐のみそ汁	鮭のグリーンソース	南瓜のそぼろ煮	チンゲン菜と コーンのソテー	ドーナツ	フルーツ 牛乳
27	金	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
28	土	ごはん	チンゲン菜と人参のみそ汁	ピザバーグ	ほうれん草の卵とじ	茹ブロッコリー	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
30	月	ごはん	じゃが芋と青ねぎのみそ汁	タラの味噌漬け焼き	うの花炒り	ほうれん草と 人参のナムル	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳



	熱量	たんぱく質	脂質
1～2歳児	491kcal	21.7g	17.0g

\* お弁当給食のカロリーは含まれておりません。

令和6年9月1日