



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
1	月	ごはん	白菜と小揚げのみそ汁	焼魚（鮭）	大豆の五目煮	ブロッコリーと人参の甘酢	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
2	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
3	水	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
4	木	ごはん	キャベツと人参のみそ汁	鶏モモ肉の卵とじ	さつま芋のレモン煮	白菜のおかか和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
5	金	かしわうどん		えび入りかき揚げ	ブロッコリーのもずく和え	煮豆（白花豆）	みかん ゼリー	フルーツ 牛乳
6	土	おにぎり（おかか）	きのこの中華スープ	はんぺんのチーズ焼き	キャベツと人参の油炒め	フルーツ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
8	月	ごはん	チンゲン菜と人参のみそ汁	さんまの塩焼き（さくら大根付）	里芋のそぼろ煮	ほうれん草とコーンのサラダ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
9	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
10	水	ごはん	小松菜と丸麩のみそ汁	豚肉の生姜焼き	炒り豆腐	きゅうりとワカメの甘酢	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
11	木	ごはん	キャベツと青ネギのみそ汁	肉じゃが	納豆の五色和え	チンゲン菜のバターソテー	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
12	金	野菜ソーススパゲティ	ほうれん草と卵のスープ	チキンカツ	南瓜の甘煮	チーズ・フルーツ	きな粉豆腐 ドーナツ	フルーツ 牛乳
13	土	ごはん	豆腐とわかめのみそ汁	豚肉のケチャップソテー	大根と人参の含煮	小松菜のおひたし	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
15	月	敬老の日						
16	火	ごはん	小松菜と人参のみそ汁	焼魚（サバ）	うの花炒り	ブロッコリーとちくわのごま風味	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
17	水	ごはん	じゃが芋とわかめのみそ汁	肉豆腐	五目たまご焼き	トマト	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
18	木	ごはん	大根と小揚げのみそ汁	タラのみそ漬け焼き	さつま芋のミルク煮	チンゲン菜のなめ草和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
19	金	けんちんうどん		ちくわの磯辺焼き	厚揚げの旨煮	フルーツ	アメリカン ドッグ	フルーツ 牛乳
20	土	ごはん	ほうれん草と卵のみそ汁	鶏ひき肉と蓮根のハンバーグ	じゃが芋となるとの含煮	キャベツと人参の甘酢	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
22	月	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
23	火	秋分の日						
24	水	ごはん	キャベツと人参のみそ汁	煮魚（カレイ）	豆腐ステーキ（おろしソース）	さつま芋の甘煮	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
25	水	大豆カレー	小松菜とわかめスープ	肉団子	ブロッコリーとトマトの塩昆布和え	チーズ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
26	金	味噌ラーメン		すり身の玉ねぎ天	南瓜のソテー	小松菜のナムル	ホット ケーキ	フルーツ 牛乳
27	土	オムライス	チンゲン菜とえのき草のスープ	ささみのチーズソテー	*オムライスの具	フルーツ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
29	月	ごはん	大根と小揚げのみそ汁	ハンバーグ	ポテトフライ	人参グラッセ トマト	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
30	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳



	熱量	たんぱく質	脂質
1～2歳児	483kcal	19.8g	14.4g

*お弁当給食のカロリーは含まれておりません

令和7年9月1日