

2024年度 9月 給食献立予定表

認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント
			赤	緑	黄		
			血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの		
2月	○	キッズピピンパ スマイルポテト 果物 みそ汁	豚ひき肉 鶏ひき肉	ねぎ もやし 人参 ほうれん草	米 押麦 ごま ごま油 砂糖	麦茶 ジャガイモ 油	 <p>～今月の旬～</p> <p><さんま> 秋の味覚の代表的な魚といえは「秋刀魚」(さんま)ですね。 生のさんまは毎年9月～10月の約1ヶ月間しか市場に出回りません。 給食では子供たちが大好きなかば焼きにして提供します。</p>  <p><梨> 梨の旬は8月から始まり10月上旬くらいまで続きます。特に9月の梨は「旬の中の旬」と言われていて、味にコクが加わりとても美味しい梨です。 給食でも美味しい梨を提供します。</p>  <p>園では和食を食べてもらいたいという思いから給食にひじき煮や切干大根煮、大豆の磯煮、煮豆などの煮物を取り入れています。これからも和食を食べる機会を大切にしていきたいと思います。</p> 
3火	○	麦ご飯 果物 さんまのかば焼き トマト 納豆和え みそ汁	さんま 納豆 油揚げ みそ	トマト キャベツ 人参 チンゲン菜 玉ねぎ ねぎ えのき	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 砂糖	麦茶 マカロニきな粉	
4水	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き トマト 大豆の磯煮 野菜スープ	鶏もも肉 大豆水煮 ひじき 油揚げ 高野豆腐	トマト 人参 いんげん 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	米 押麦 マーマレード 油 砂糖	麦茶 サンドパン	
5木	○	麦ご飯 果物 赤魚の煮付け わかめのレモン和え みそ汁	赤魚 わかめ みそ	きゅうり 人参 キャベツ レモン 玉ねぎ 大根 椎茸	米 押麦 砂糖 片栗粉 砂糖	麦茶 たこ焼き	
6金	○	食パン 果物 チキンナゲット ポテトサラダ コーン豆乳スープ	鶏もも肉 鶏ひき肉 豆腐 ロースハム 豆乳	玉ねぎ きゅうり 人参 玉ねぎ どうもろこし	食パン 片栗粉 パン粉 油 じゃがいも マヨネーズ	麦茶 焼きビーフン	
7土	○	中華丼 チーズ 果物 みそ汁	豚もも肉 なんと チーズ 油揚げ みそ	キャベツ 人参 筍 玉ねぎ ピーマン 椎茸 果物 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま油 片栗粉 砂糖	麦茶 クッキー	
9月	○	麦ご飯 果物 さわらの薬味ソース焼き トマト 中華大根サラダ みそ汁	さわら 帆立水煮 油揚げ みそ	ねぎ トマト 大根 人参 きゅうり なす 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 砂糖 砂糖 ごま油	麦茶 シリアルバー	
10火	○	麦ご飯 果物 ホイコーロー シルバーサラダ わかめのスープ	豚もも肉 みそ ロースハム わかめ	キャベツ 人参 ピーマン きゅうり 人参 玉ねぎ しめじ	米 押麦 砂糖 ごま油 春雨 マヨネーズ 砂糖	麦茶 セサミクッキー	
11水	○	麦ご飯 果物 さばの塩焼き トマト 切干大根煮 さつま汁	さば 油揚げ みそ	トマト 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ キャベツ	米 押麦 砂糖 油 砂糖 さつまいも	麦茶 かりんとうとrost	
12木	○	ラーメン 金時煮豆 小魚 果物	豚もも肉 なんと 金時豆 いわし	キャベツ 人参 もやし 筍 玉ねぎ ねぎ 果物	中華生麺 ごま油 片栗粉 砂糖 砂糖 ごま	麦茶 おほかおにぎり	
13金	○	麦ご飯 果物 鮭のコーンマヨネーズ焼き ハムサラダ みそ汁	生鮭 ロースハム 油揚げ みそ	どうもろこし きゅうり 人参 キャベツ なす 玉ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 油 砂糖	麦茶 シュガーパイ	
14土	○	カレーライス チーズ 果物 野菜スープ	豚もも肉 チーズ	人参 玉ねぎ いんげん 果物 玉ねぎ 人参 しめじ チンゲン菜	米 押麦 じゃがいも カレールウ 砂糖	麦茶 せんべい	
17火	○	そうめん ちくわの磯辺揚げ かぼちゃの天ぷら キャベツの梅昆布和え 果物	なんと 青のり ちくわ 塩昆布	人参 ねぎ 椎茸 どうもろこし かぼちゃ キャベツ 人参 練梅 果物	そうめん 砂糖 小麦粉 油 砂糖	麦茶 ふかし芋 (さつまいも)	
18水	○	麦ご飯 果物 カレイのオーロラソース焼き トマト フレンチサラダ みそ汁	カラスカレイ 油揚げ みそ	果物 トマト きゅうり 人参 キャベツ どうもろこし 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 クリームパン	
19木	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリー ひじき煮 みそ汁	鶏もも肉 ひじき 油揚げ みそ	レモン りんご ブロッコリー 人参 いんげん 椎茸 大根 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 みたらしまカロニ	
20金	○	ロールパン 果物 チリコンカン チーズサラダ もやしのスープ	大豆水煮 豚もも肉 チーズ わかめ	果物 玉ねぎ 人参 しめじ いんげん トマト きゅうり 人参 キャベツ レモン もやし えのき 人参	ロールパン カレールウ 油 砂糖	麦茶 キャラメルプリン	
21土	○	マーボー豆腐丼 小魚 ゼリー ポテトスープ	豆腐 豚ひき肉 みそ いわし	玉ねぎ ねぎ 人参 椎茸 果物 玉ねぎ 人参	米 押麦 砂糖 ごま油 片栗粉 ごま 砂糖	麦茶 クッキー	
24火	○	麦ご飯 果物 魚のフライ トマト 中華春雨サラダ 豆腐のスープ	しいら ロースハム 豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん トマト きゅうり 人参 キャベツ 筍 ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 春雨 砂糖 ごま油	麦茶 ココア蒸しパン	
25水	○	麦ご飯 ミニゼリー 鶏肉のおかかから揚げ トマト もやしのナムル わかめのスープ	鶏もも肉 かつお節 わかめ	トマト もやし 人参 人参 ねぎ	米 押麦 片栗粉 油 ごま油 ごま 麩	麦茶 バナナ	
26木	○	黒米さつま芋ご飯 果物 カレイのごま照り焼き トマト 伊豆きのこサラダ みそ汁	カラスカレイ わかめ ツナ 豆腐 みそ	果物 トマト キャベツ エリンギ 椎茸 玉ねぎ ねぎ	黒米 さつま芋 米 ごま 砂糖 油 砂糖	麦茶 きな粉クッキー	
27金	○	スパゲティミートソース コーンサラダ 果物 野菜スープ	豚ひき肉	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ トマト キャベツ 人参 きゅうり どうもろこし 果物 玉ねぎ 人参 えのき もやし	スパゲティ 砂糖 油 片栗粉 油 砂糖	麦茶 わかめおにぎり	
28土	○	チキンライス 小魚 果物 ポトフ	鶏もも肉 いわし ウインナー	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン 果物 人参 玉ねぎ チンゲン菜	米 押麦 油 ごま 砂糖	麦茶 せんべい	
30月	○	伊豆しかカレーライス ツナサラダ チーズ 果物	鹿ひき肉 ツナ チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん キャベツ きゅうり 人参 果物	じゃがいも カレールウ 米 押麦 油 砂糖	麦茶 ふわっとふー	

※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。
※3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。
※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

	1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
乳児		495kcal	20.9g	16.7g	1.8g
幼児		550kcal	22.4g	16.5g	2.1g