

日曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳児のみ)
		黄	赤	緑	その他	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
01 水	昼食 冷やしぶっかけうどん 五目煮豆 もも缶	うどん、油 油、砂糖	豚肉、かつお節 大豆、ちくわ	トマト、きゅうり にんじん、ごぼう、こんぶ もも缶(黄桃)	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ 酒、みりん、しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 ゆかりおにぎり 乾パン(幼児クラスのみ)	米 乾パン	牛乳	のり	しそふりかけ	
02 木	昼食 親子丼 みそ汁(なめこ・ねぎ) わかめサラダ	米、砂糖 砂糖、油	鶏肉、卵 みそ、油揚げ	たまねぎ、にんじん、みつば なめこ、ねぎ きゅうり、コーン缶、わかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁 しょうゆ、りんご酢	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 大学芋	米 さつまいも、砂糖、油、ごま	牛乳		しょうゆ	
03 金	昼食 ハリハリわかめ御飯 高野豆腐とじゃがいものうま煮 キャベツの千草和え なし	米 じゃがいも、砂糖、油 すりごま、砂糖、ごま油	豚肉、凍り豆腐 かまぼこ	切り干しだいこん、わかめふりかけ にんじん、グリーンピース キャベツ、きゅうり なし	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 プリン	米 プリン(卵不使用)	牛乳			
04 土	昼食 ジャージャー麺 バナナ	中華めん、砂糖、片栗粉、ごま油	豚ひき肉、みそ	もやし、にんじん、たまねぎ、ピーマン、しょうが バナナ	しょうゆ、酒	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 パンとおかし	食パン	牛乳			
06 月	昼食 ふりかけごはん 野菜スープ 鶏肉のマーマレード焼き ココロサラダ(えだまめ)	米 片栗粉、砂糖 マヨネーズ(卵不使用)	鶏肉 ハム	キャベツ、にんじん、しめじ マーマレードジャム 枝豆、コーン缶、レモン果汁	ふりかけ、しそふりかけ 酒、中華だしの素、塩 しょうゆ、塩 しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 かぼちゃケーキ	米 ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 牛乳、無塩バター	かぼちゃ		
07 火	昼食 さつまいもごはん みそ汁(鶏肉・なす) 炒り豆腐(ツナひじき) パン缶	米、さつまいも ごま油 砂糖、油、片栗粉	鶏ひき肉、みそ 豆腐、ツナ缶	なす、えのきたけ、ねぎ にんじん、たまねぎ、しいたけ、いんげん、ひじき パン缶	酒、塩 かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 ココアサンド	米 砂糖、バターロール、コーンスターチ、食パン	牛乳 牛乳		ココア	
08 水	昼食 ロールパン コンソメスープ(キャベツ・コーン) 白身魚のトマトマリネ かぼちゃサラダ	ロールパン 小麦粉、油、砂糖、油 マヨネーズ(卵不使用)	たら	キャベツ、コーン缶、にんじん トマト、たまねぎ、レモン果汁 かぼちゃ、きゅうり	洋風だしの素、塩、こしょう りんご酢、塩、こしょう 塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 チーズと昆布のおにぎり	米	牛乳 チーズ	塩こんぶ、のり		
09 木	昼食 御飯 かき玉汁(わかめ・みつば) 鶏ちゃん焼き バナナ	米 片栗粉 ごま油、砂糖	卵 鶏肉、みそ	みつば、わかめ キャベツ、にんじん、たまねぎ、にんにく、しょうが バナナ	かつおだし汁、しょうゆ、塩 みりん、酒、しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 ほうれんそうのスコーン	米 ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 無塩バター、無調整豆乳	ほうれんそう、コーン缶		
10 金	昼食 御飯 すまし汁(豆腐・青菜) さけのみそマヨ焼き 炒めなます	米 マヨネーズ(卵不使用) 砂糖、油、ごま	豆腐 さけ、みそ 油揚げ	こまつな、えのきたけ だいこん、にんじん、いんげん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、塩 酒、塩、こしょう かつおだし汁、しょうゆ、りんご酢	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 カップゼリーとおかし	米	牛乳			
11 土	昼食 カレーライス オレンジ	米、じゃがいも、油	豚肉	たまねぎ、にんじん オレンジ	カレールー	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 パンとおかし	食パン	牛乳			

日曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳児のみ)
		黄	赤	緑	その他	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
13 月	昼食 担々麺 豆腐サラダ もも缶	中華めん、のりごま、すりごま、油、砂糖 砂糖、油	豚ひき肉、みそ 豆腐、ツナ缶	キャベツ、にんじん、たまねぎ、にんにく、しょうが きゅうり、コーン缶 もも缶(黄桃)	しょうゆ、中華だしの素、塩、こしょう しょうゆ、りんご酢	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 きなこおはぎ	米、もち米、砂糖	牛乳 きな粉		塩	
14 火	昼食 御飯 豆乳みそ汁 豚肉のしょうが炒め はるさめサラダ	米 油、片栗粉 はるさめ、砂糖、油	無調整豆乳、みそ、油揚げ 豚肉 ハム	こまつな、しめじ たまねぎ、にんじん、しょうが きゅうり	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん りんご酢、塩、こしょう	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 フルーツミックス おかし		牛乳		もも缶(黄桃)、パン缶、みかん缶	
15 水	昼食 御飯 みそ汁(かぼちゃ・切干) さばの香味焼き ほうれん草のごま和え	米 砂糖 すりごま	みそ さば	かぼちゃ、切り干しだいこん ねぎ、しょうが、レモン果汁 ほうれんそう、にんじん	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 チーズ蒸しパン	小麦粉、砂糖	牛乳 牛乳、クリームチーズ		ベーキングパウダー	
16 木	昼食 キッズピビンバ 中華スープ(豆腐・わかめ) さつま芋のレモン煮	米、砂糖、ごま、油、ごま油 さつまいも、砂糖	豚ひき肉 豆腐	もやし、ほうれんそう、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく ねぎ、わかめ レモン果汁	しょうゆ、酒、塩 中華だしの素、しょうゆ、塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 カレートースト	小麦粉、砂糖	牛乳		カレールー	
17 金	昼食 手作りハヤシライス キャベツのさっぱりマヨサラダ オレンジ	米、じゃがいも、米粉、砂糖、油 マヨネーズ(卵不使用)、砂糖	豚肉 ヨーグルト、ハム	たまねぎ、にんじん、しめじ ブロッコリー、キャベツ オレンジ	ケチャップ、ソース、洋風だしの素、塩 こしょう、塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 誕生日ケーキ	小麦粉、砂糖、卵、バター、食パン	牛乳		カレールウ	
18 土	昼食 焼きうどん バナナ	うどん、油	豚肉、かつお節	キャベツ、たまねぎ、にんじん バナナ	しょうゆ、みりん、塩、こしょう	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 パンとおかし	食パン	牛乳			
21 火	昼食 ロールパン(幼児クラス) ベーコンスパゲティ 豆とひじきのサラダ スティックチーズ	ロールパン スパゲティ マヨネーズ(卵不使用)、すりごま	ベーコン、バター 大豆、ツナ缶 チーズ	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン 枝豆、コーン缶、ひじき	しょうゆ、かつおだし汁 しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 わかめごはん	米	牛乳		わかめふりかけ	
22 水	昼食 さんまのかば焼き丼 けんちん汁 かぼちゃの煮物	米、片栗粉、油、砂糖 ごま油 砂糖	さんま 豆腐、鶏肉、油揚げ	しょうが だいこん、にんじん、ねぎ かぼちゃ	みりん、しょうゆ、酒 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 ヨーグルト おかし		ヨーグルト(加糖)			
24 金	昼食 御飯 貝だくさんみそ汁 豚肉と大根のカレー炒め もも缶	米 さつまいも 砂糖、ごま油、片栗粉	みそ、油揚げ 豚肉	チンゲンサイ、えのきたけ だいこん、にんじん もも缶(黄桃)	かつおだし汁 かつおだし汁、みりん、しょうゆ、カレー粉	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 おやつ焼きそば	焼きそばめん、油	豚肉、かつお節	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ	ソース、酒	
25 土	昼食 てりやき野菜丼 スティックチーズ	米、油、片栗粉	鶏肉 チーズ	もやし、たまねぎ、キャベツ、にんじん	みりん、しょうゆ、酒	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 パンとおかし	食パン	牛乳			

日 曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳児のみ)
		黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
27 月	昼食 豚肉のどて煮 すまし汁(小松菜・あげ) きゅうりの酢の物	米、糸こんにゃく、砂糖、片栗粉	豚肉、みそ 油揚げ しらす干し	だいこん、にんじん、ねぎ、しょうが こまつな、えのきだけ きゅうり、わかめ	かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ かつお・昆布だし汁、塩、しょうゆ りんご酢、しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 メロンパントースト		牛乳 無塩バター		バニラエッセンス	
28 火	昼食 ロールパン サーモンの豆乳シチュー ブロッコリーのごま和え パイン缶	ロールパン じゃがいも、米粉、油 すりごま	無調整豆乳、さけ	たまねぎ、にんじん ブロッコリー、コーン缶 パイン缶	洋風だしの素、酒、塩、パセリ粉 しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 いなりごはん	米、砂糖	牛乳 油揚げ	にんじん	りんご酢、しょうゆ、塩	
29 水	昼食 御飯 中華スープ(じゃがいも・コーン) 鶏の唐揚げレモン風味 キャベツの塩昆布和え	米 じゃがいも、油 片栗粉、油、砂糖 ごま油	鶏肉	チンゲンサイ、コーン缶 レモン果汁 キャベツ、にんじん、塩こんぶ	中華だしの素、塩 酒、しょうゆ、塩、こしょう	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 バナナケーキ(豆乳)	ホットケーキミックス、油	牛乳 豆乳	バナナ、レモン果汁		
30 木	昼食 御飯 みそ汁(豆腐・わかめ) さばの塩焼き さんびらごぼう	米 ごま、砂糖、ごま油	豆腐、みそ さば	ねぎ、わかめ ごぼう、にんじん、ピーマン	かつお・昆布だし汁 塩 しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 スイートポテト	さつまいも、砂糖、ごま	牛乳 牛乳、無塩バター			

- ★ 午前おやつのおかしはたんぼ組、ちゅーりっぷ組のみの提供になります。
- ★ 都合により献立を変更する場合があります。

組 氏名



9月1日は防災の日です

近年、地震や集中豪雨による洪水・土砂崩れなど、全国各地で自然災害が発生しています。大きな災害時はライフラインが止まり、支援物資が届くまでに時間がかかることもあります。この機会に非常時の備えをすすめてみましょう。

家庭備蓄は 最低3日×人数分 を準備しておくことが望ましいです。

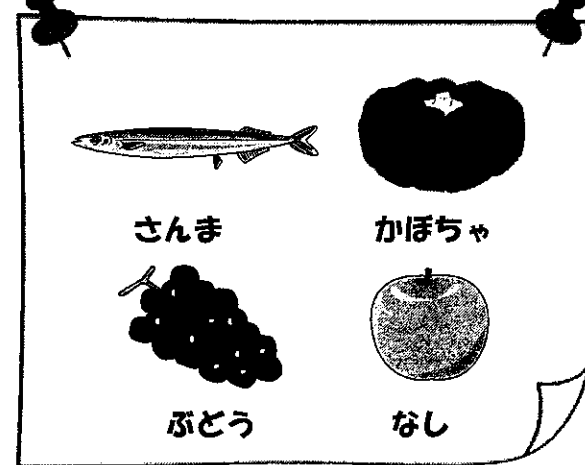
- * 飲料水 1人1リットル(調理用水を含めると3リットル)／日
- * 主食 パックご飯、カップ麺、缶詰パン、乾パンなど
- * 主菜 肉・魚・豆などの缶詰、レトルト食品など
- * 副菜・その他 漬物、乾物、果物缶、パックジュースなど
- * 赤ちゃんがいるご家庭 粉ミルク、レトルトの離乳食

災害時、いつもと違う環境で落ち着かないことも想定されるので、お子さんが好きな食べ物やリラックスできるものを備えておきましょう。

参考: 農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」



旬のたべもの



●使用イラスト:株式会社アトム「わんぱくランチWeb」

9月にさんまを今年度初めて提供します。
お子さんがまだ未摂取の場合はご家庭でお試
しいだきますようご協力をお願い致します。



日付	後期 昼食	後期 間食	材料名
01 水	煮込みめん トマトのサラダ もも缶	ゆかり軟飯	乾めん、鶏ささみミンチ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、/トマト、きゅうり、食塩、/もも缶(黄桃)、/米、しそふりかけ、
02 木	軟飯 鶏肉の照り煮 きゅうりのサラダ	蒸し芋	米、/鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/きゅうり、コーン缶、油、砂糖、りんご酢、食塩、/さつまいも、
03 金	軟飯 鶏肉とじゃがいもの煮物 キャベツの和え物	おかし	米、/鶏ささ身、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、/キャベツ、きゅうり、しょうゆ、/乳児用菓子、
04 土	みそ煮込みめん バナナ	パンとおかし	乾めん、鶏ささみミンチ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、赤みそ、砂糖、/バナナ、/食パン、乳児用菓子、
06 月	軟飯 野菜スープ 鶏肉の照り煮	かぼちゃケーキ	米、/キャベツ、にんじん、コーン缶、昆布だし汁、食塩、/鶏ささ身、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/ホットケーキミックス、かぼちゃ、無塩バター、砂糖、牛乳、
07 火	軟飯 みそ汁 炒り豆腐	ジャムサンド	米、/さつまいも、昆布だし汁、みそ、/木綿豆腐、ツナ水煮缶、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/食パン、いちごジャム、
08 水	食パン 野菜スープ 白身魚のトマト煮	ゆかり軟飯	食パン、/キャベツ、コーン缶、にんじん、昆布だし汁、食塩、/たら、トマト、たまねぎ、かぼちゃ、食塩、砂糖、/米、しそふりかけ、
09 木	軟飯 野菜のそぼろあん バナナ	ほうれん草入り パンケーキ	米、/鶏ささみミンチ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、/バナナ、/ホットケーキ粉、無調整豆乳、ほうれん草、油、
10 金	軟飯 すまし汁 さけの塩焼き	おかし	米、/木綿豆腐、こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、/さけ、食塩、/乳児用菓子、
11 土	軟飯 ケチャップ煮 オレンジ	パンとおかし	米、/鶏ささみミンチ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、食塩、砂糖、/オレンジ、/食パン、乳児用菓子、
13 月	みそ煮込みめん きゅうりのサラダ	きなこ軟飯	乾めん、鶏ささみミンチ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、油、みそ、砂糖、水、片栗粉、/ツナ水煮缶、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、砂糖、油、/米、きな粉、砂糖、食塩、
14 火	軟飯 豆乳みそ汁 鶏肉の照り煮	フルーツミックス おかし	米、/こまつな、にんじん、昆布だし汁、無調整豆乳、みそ、/鶏ささ身、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/もも缶(黄桃)、みかん缶、/乳児用菓子、

日付	後期 昼食	後期 間食	材料名
15 水	軟飯 みそ汁 白身魚の野菜あんかけ	チーズ蒸し パン	米、/かぼちゃ、昆布だし汁、みそ、/かれない、ほうれん草、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉、/小麦粉、クリームチーズ、ベーキングパウダー、牛乳、砂糖、
16 木	軟飯 豆腐のそぼろ煮 さつま芋の甘煮	ジャムサンド	米、/鶏ささみミンチ、木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/さつまいも、砂糖、水、/食パン、いちごジャム、
17 金	軟飯 野菜スープ ケチャップ煮	いちご蒸し パン	米、/キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩、/鶏ささ身、たまねぎ、じゃがいも、油、ケチャップ、食塩、砂糖、/ホットケーキ粉、いちごジャム、牛乳、油、
18 土	煮込みうどん バナナ	パンとおかし	ゆでうどん、鶏ささみミンチ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、/バナナ、/食パン、乳児用菓子、
21 火	ツナリゾット チーズ	ゆかり軟飯	米、ツナ水煮缶、にんじん、たまねぎ、コーン缶、バター、しょうゆ、昆布だし汁、/チーズ、/米、しそふりかけ、
22 水	軟飯 かれないと野菜の煮物 かぼちゃの煮物	おかし	米、/かれない、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、昆布だし汁、/乳児用菓子、
24 金	軟飯 みそ汁 大根のそぼろ煮	煮込みうどん	米、/さつまいも、チンゲンサイ、昆布だし汁、みそ、/鶏ささみミンチ、だいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、昆布だし汁、片栗粉、/乾めん、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、
25 土	軟飯 鶏肉と野菜の照り煮 チーズ	パンとおかし	米、/鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/チーズ、/食パン、乳児用菓子、
27 月	軟飯 大根のみそ煮 きゅうりのしらす和え	ジャムサンド	米、/鶏ささみミンチ、だいこん、にんじん、昆布だし汁、赤みそ、砂糖、/きゅうり、しらす干し、/食パン、いちごジャム、
28 火	食パン サーモンの豆乳シチュー ブロッコリーのサラダ	ゆかり軟飯	食パン、/さけ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、水、無調整豆乳、食塩、米粉、/ブロッコリー、コーン缶、油、りんご酢、砂糖、食塩、/米、しそふりかけ、
29 水	軟飯 野菜スープ 鶏肉の照り煮	豆乳バナナ ケーキ	米、/じゃがいも、キャベツ、にんじん、コーン缶、昆布だし汁、食塩、/鶏ささ身、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/ホットケーキ粉、調製豆乳、油、バナナ、
30 木	軟飯 みそ汁 かれないの煮つけ	スイートポテト	米、/木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、みそ、/かれない、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/さつまいも、砂糖、無塩バター、牛乳、

- ★ 給食で提供する食材は、ご家庭で事前にお試しいただきますようご協力をお願い致します。
- ★ だし汁は昆布と野菜でとったものを使用しています。
- ★ 乾めんは、その時の仕入れの状況により干しうどん・干しそうめん・ビーフンのどれかを使用します。
- ★ 後期食の午前の間食はおかし(赤ちゃんせんべい等)を提供しています。
- ★ 仕入れの状況などにより献立や使用する食材を変更することがあります。

組 氏名