



9月の献立表



★は手作りおやつです

日曜日	給食		おやつ	
	献立名	主な材料		
1 火	厚揚げと青菜の卵とじ れんこんのごまマヨサラダ オクラのすまし汁 オレンジ	厚揚げ、小松菜、卵、人参、しいたけ、ごぼう、玉ねぎ れんこん、ハム、きゅうり、ごま、人参 オクラ、色板 オレンジ	牛乳	サッポロポテト
2 水	鶏肉の香草焼き チリコンカーン マカロニスープ りんご	鶏肉、サラダ菜、トマト、パセリ 大豆、ウインナー、ピーマン、玉ねぎ マカロニ、玉ねぎ、人参、パセリ りんご	牛乳	★ちんすこう風 クッキー
3 木	ソース焼きそば 小松菜と卵のおかか和え かぼちゃのみそ汁 グレープフルーツ	焼きそば麺、豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、もやし 小松菜、卵、かつお節 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ グレープフルーツ	牛乳	★ポップコーン
4 金	肉じゃが きゅうりとかにの酢の物 薄揚げのみそ汁 パイナップル	牛肉、人参、じゃが芋、玉ねぎ、糸こんにゃく きゅうり、かにかまぼこ、わかめ、ごま 薄揚げ、豆腐、青ねぎ パイナップル	牛乳	ココナッツサブレ
5 土	ケチャップライス コーンサラダ 玉ねぎのスープ オレンジ	ウインナー、人参、グリーンピース、コーン、玉ねぎ コーン、レタス、きゅうり、ミニトマト 玉ねぎ、パセリ オレンジ	牛乳	味しらべ
7 月	さわらの幽庵焼き 卵の花 ほうれん草のみそ汁 黄桃	さわら、サラダ菜、トマト おから、ひじき、鶏ひき肉、ちくわ、人参、青ねぎ、しいたけ ほうれん草、厚揚げ 黄桃	牛乳	★かぼちゃ 蒸しパン
8 火	なすとひき肉のみそ炒め 大学芋 キャベツのみそ汁 りんご	なす、合挽き肉、人参、玉ねぎ、ピーマン さつまいも、黒ごま キャベツ、青ねぎ りんご	牛乳	★ウエハース ヨーグルト
9 水	鶏のからあげ ビーフン炒め じゃが芋のみそ汁 グレープフルーツ	鶏肉、サラダ菜、トマト ビーフン、人参、玉ねぎ、しいたけ、玉ねぎ、ピーマン じゃが芋、玉ねぎ、青ねぎ グレープフルーツ	牛乳	えび満月
10 木	高菜とじゃこのチャーハン ひじきとささみの和風マヨサラダ もやしのスープ バナナ	高菜、卵、ちりめんじゃこ、玉ねぎ、人参 ひじき、鶏ささみ肉、レタス、サニーレタス、きゅうり もやし、わかめ、人参 バナナ	牛乳	アスパラガス ビスケット
11 金	がんもどきの煮物 海藻サラダ なめこのみそ汁 オレンジ	がんもどき、人参、しいたけ、いんげん 海藻ミックス、レタス、サニーレタス、きゅうり なめこ、青ねぎ オレンジ	牛乳	★じゃがいも団子
12 土	豚丼 スパゲッティーサラダ コーンスープ オレンジ	豚肉、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、青ねぎ スパゲッティー、ウインナー、きゅうり コーン、青ねぎ オレンジ	牛乳	ハッピーターン
14 月	赤魚の煮付け 大根の土佐和え きのこのみそ汁 グレープフルーツ	赤魚、土生姜 大根、きゅうり、かつお節、ミニトマト しめじ、えのき、青ねぎ グレープフルーツ	牛乳	★おとうふケーキ
15 火	鶏肉とキャベツの甘辛炒め 中華サラダ 春雨スープ パイナップル	鶏肉、キャベツ、玉ねぎ、パプリカ きゅうり、レタス、サニーレタス、ごま 春雨、わかめ、卵 パイナップル	牛乳	★ミルキーサブレ



日曜日	給食		おやつ	
	献立名	主な材料		
16 水	秋野菜カレー カラフルマカロニサラダ バナナ	牛肉、じゃが芋、さつまいも、かぼちゃ、しめじ、いんげん、人参 マカロニ、ブロッコリー、パプリカ、コーン、人参 バナナ	牛乳	★スティックパイ
17 木	豚肉のブルコギ風 千草焼 豆腐のみそ汁 黄桃	豚肉、もやし、人参、玉ねぎ、ピーマン 卵、鶏ひき肉、人参、ほうれん草、しいたけ 豆腐、わかめ、青ねぎ 黄桃	牛乳	★グレープゼリー
18 金	照り焼きハンバーグ ジャーマンポテト コーンクリームスープ りんご	ハンバーグ、人参、ブロッコリー じゃが芋、ベーコン、玉ねぎ、パセリ コーンクリームスープの素、パセリ りんご	牛乳	黒糖かりんとう
19 土	ひき肉と薄揚げの混ぜごはん ビーフンサラダ ふのすまし汁 オレンジ	鶏ひき肉、人参、薄揚げ、いんげん、刻みのり ビーフン、ウインナー、きゅうり、ミニトマト ふ、みつば オレンジ	牛乳	ぼたぼた焼き
23 水	きつねうどん 二色天ぷら バナナ	うどん、色板、寿司揚げ、人参、青ねぎ さつまいも、ちくわ、ミニトマト、サラダ菜 バナナ	牛乳	★きな粉団子
24 木	チンジャオロース ビーンズサラダ 厚揚げのスープ グレープフルーツ	牛肉、人参、ピーマン、竹の子、玉ねぎ ミックスビーンズ、ハム、きゅうり、レタス 厚揚げ、青ねぎ グレープフルーツ	牛乳	★フルーツ ヨーグルト
25 金	鮭のピザ焼き ポテトサラダ チンゲン菜のスープ りんご	鮭、人参、玉ねぎ、ピーマン、チーズ、サラダ菜 じゃが芋、ハム、きゅうり、ミニトマト チンゲン菜、コーン りんご	牛乳	★ジャムサンド クラッカー
26 土	三色ごはん ブロッコリーとコーンのマヨ和え とろろ昆布のすまし汁 オレンジ	合挽き肉、人参、いんげん ブロッコリー、コーン、人参 とろろ昆布、みつば オレンジ	牛乳	雪の宿
28 月	高野豆腐の卵とじ キャベツのツナサラダ えのきとわかめのみそ汁 パイナップル	高野豆腐、えび、人参、卵、絹さや キャベツ、シーチキン、人参 えのき、わかめ パイナップル	牛乳	★りんご蒸しパン
29 火	マーボー丼 野菜のナムル 中華風コーンスープ りんご	豆腐、合挽き肉、人参、玉ねぎ、しいたけ、しめじ もやし、人参、小松菜、きくらげ、ごま 卵、コーンクリーム缶、青ねぎ りんご	牛乳	★パイナップル寒天
30 水	さばの竜田揚げ 春雨の酢の物 はんぺん汁 バナナ	さば、サラダ菜、トマト 春雨、ハム、きゅうり はんぺん、しめじ、みつば バナナ	牛乳	★ホットケーキ

