

日付	献立名	離乳食完了期 (12から18ヶ月頃)	赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	おやつ	10時おやつ (未満児)	1食分 (kcal)
1日(火)	長ロール、 鶏肉のレモン焼き、 ペンネトマトソース、 野菜スープ	アンパンマンビスケット、 食パン、鶏肉のトマト煮、野菜スープ、 ポテトとほうれん草のおせんべい	鶏もも、ベーコン	長ロール、オリーブ油、 ペンネマカロニ、さとう	レモン果汁、パセリ、玉ねぎ、 にんじん、にんにく、トマト、 キャベツ、ブロッコリー、 スイートコーン	牛乳、 白いふうせん	牛乳、 アンパンマンビスケット	601 631
2日(水)	ご飯、魚の照り焼き、 ごぼうサラダ、 かぼちゃのみそ汁	赤ちゃんせんべい、 軟飯、白身魚と野菜煮、かぼちゃのみそ汁、 マンナウエハース	さば、煮干し、みそ	米、みりん、米油、さとう、 マヨネーズ	しょうが、ごぼう、キャベツ、 にんじん、かぼちゃ、玉ねぎ、 ねぎ	牛乳、 野菜スティック	牛乳、 赤ちゃんせんべい	584 554
3日(木)	ご飯、みそカツ、 ほうれん草塩昆布和え、 けんちん汁	むらさきいもせんべい、 軟飯、鶏肉の味噌煮、けんちん汁、 サクサクポークかぼちゃ	鶏もも、みそ、塩昆布、 厚揚げ、みそ、煮干し	米、小麦粉、パン粉、米油、 さとう、みりん、すりごま	ほうれん草、玉ねぎ、大根、 にんじん、しめじ、ねぎ	牛乳、 米ボンバー	牛乳、 むらさきいもせんべい	531 518
4日(金)	他人丼、 なすのごま和え、 オレンジ	マンナビスケット、 豚肉どんぶり、野菜の柔らか煮、オレンジ、 がんばれ！野菜家族	豚肉、卵	米、さとう、片栗粉、すりごま	玉ねぎ、にんじん、ねぎ、なす、 ほうれん草、オレンジ	ジョアストロベリー、 パイかし	牛乳、 マンナビスケット	561 551
5日(土)	冷やしきつねうどん、 ちくわ磯辺揚げ、 牛乳	きつねうどん	油揚げ、かまぼこ、かつおだし、 ちくわ磯辺揚げ、牛乳	柔うどん、さとう、みりん、米油	キャベツ、にんじん、ねぎ			354 318
7日(月)	ご飯、ポークケチャップ、 粉ふき芋、 小松菜のみそ汁	アンパンマンのハッピーせんべい、 軟飯、ポークケチャップ、小松菜のみそ汁、 梨のコンポート	豚肉、油揚げ、煮干し、みそ	米、米油、じゃがいも	玉ねぎ、にんじん、ピーマン、 パセリ、小松菜	牛乳、 梨ケーキ	オレンジゼリー	505 448
8日(火)	長ロール、かぼちゃのキッシュ、 ブロッコリーのごま和え、 A B C スープ、牛乳	ポテトとほうれん草のおせんべい、 食パン、かぼちゃのキッシュ、A B C スープ、 アンパンマンビスケット	ロースハム、卵、牛乳、 とろけるチーズ、鶏もも	長ロール、バター、生クリーム、 さとう、すりごま、じゃがいも、 A B C マカロニ	ほうれん草、玉ねぎ、かぼちゃ、 ブロッコリー、キャベツ、にんじん	フルーツポンチ	牛乳、 ポテトとほうれん草のおせんべい	537 523
9日(水)	カレーライス、 コロコロサラダ 手作りぶどうゼリー	ハイハイ、 カレー風味ライス、きゅうりとトマトのだし煮、 マンナビスケット	牛肉、クッキングチーズ	米、じゃがいも、米油、 マヨネーズ	玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、 きゅうり、トマト、スイートコーン	牛乳、 味しらべ	牛乳、 アンパンマンのふんわりコーン	691 577
10日 (木)	ご飯、煮干し炒り煮、 豚肉の生姜やき、 きゅうりのさっぱり和え、 さつまいもスープ	サクサクポークかぼちゃ、 軟飯、豚ひき肉と野菜のあん煮、 さつまいもスープ、 にんじんせんべい	食べる煮干し、豚肉、ちくわ、 ベーコン	米、みりん、さとう、オリーブ油、 さつま芋	しょうが、きゅうり、にんじん、 白菜、パセリ	牛乳、 ギンビース アスパラガス	牛乳、 サクサクポークかぼちゃ	542 547
11日 (金)	ご飯、白身魚のオーロラソース、 パプリカサラダ、みそ汁、 オレンジ	アンパンマンのハッピーせんべい、 軟飯、魚と野菜のミルク煮、 パプリカサラダ、オレンジ、 マンナビスケット	ホキ、ツナ、油揚げ、煮干し、 みそ	米、片栗粉、米油、マヨネーズ、 さとう	きゅうり、キャベツ、にんじん、 ねぎ、オレンジ	牛乳、 コーンパン	牛乳、 アンパンマンのハッピーせんべい	606 573
12日 (土)	食パン、いちごジャム、 田舎スープ、 フレッシュゼリー (りんご) 、牛乳	食パン、田舎スープ	豚肉、牛乳	食パン、いちごジャム、米油	玉ねぎ、干しいたけ、大根、 にんじん、キャベツ、ねぎ			368 348
14日 (月)	ご飯、豚肉となすのみそ炒め、 大根のツナ和え、 豆腐のすまし汁	かぼちゃせんべい、 軟飯、寄せ煮、大根のとツナ煮、 マンナウエハース	豚肉、みそ、ツナ、木綿豆腐、 かまぼこ、煮干し	米、米油、さとう、片栗粉	なす、玉ねぎ、大根、にんじん、 ほうれん草、えのきたけ	牛乳、 アイスボックスクッキー	牛乳、 アンパンマンのふんわりコーン	567 510
15日 (火)	長ロール、あんかけスパゲッティ、 ブロッコリーおかか風味	アンパンマンビスケット、 食パン、あんかけスパゲッティ、 野菜サラダ、バナナ	あらびきウインナー、花かつお	長ロール、スパゲッティ、 オリーブ油、さとう、片栗粉、 バター	玉ねぎ、ピーマン、 マッシュルーム、ブロッコリー	フルーツコーンフレーク	牛乳、 アンパンマンビスケット	605 595
16日 (水)	ご飯、鶏肉のハワイアン焼き、 じゃがいものゴロゴロサラダ、 コンソメスープ	がんばれ！野菜家族、 軟飯、鶏肉の照り煮、根菜のミルク煮、 麦ふあ〜	鶏もも皮つき、ロースハム	米、さとう、米油、じゃがいも、マヨネー ズ	にんにく、パイン、きゅうり、 にんじん、チンゲン菜、玉ねぎ	牛乳、 黒糖ワークレエ	牛乳、 がんばれ！野菜家族	603 503
17日 (木)	ご飯、和風ハンバーグ、 キャベツの和風サラダ、 みそ汁	むらさきいもせんべい、 軟飯、和風煮込みハンバーグ、 キャベツのかつお煮、 サクサクポークかぼちゃ	豚ひき肉、牛ひき肉、ひじき、 木綿豆腐、干しわかめ、みそ、 煮干し	米、パン粉、マヨネーズ、さとう	玉ねぎ、キャベツ、にんじん、 えのきたけ	牛乳、 おとっと	牛乳、 むらさきいもせんべい	555 505
18日 (金)	ご飯、魚の甘酢焼き、 かぼちゃのそぼろ煮、 白菜のみそ汁	マンナビスケット、 軟飯、魚と白菜の煮物、かぼちゃのそぼろ煮、 赤ちゃんせんべい	ホキ、鶏ひき肉、油揚げ、 煮干し、みそ	米、さとう、米油、片栗粉	かぼちゃ、しょうが、白菜、 しめじ	牛乳、 おやつカステラ	牛乳、 マンナビスケット	603 585
19日 (土)	焼きスパ、バナナ、牛乳	煮込みうどん、バナナ	豚肉、牛乳	スパゲッティ、米油	キャベツ、にんじん、ピーマン、 バナナ			308 260
24日 (木)	牛丼、きゅうりのごま酢和え、 かき卵汁	サクサクポークかぼちゃ、 牛そぼろ丼、きゅうりのおかか煮、 むらさきいもせんべい	牛肉、木綿豆腐、卵、 かつおだし	米、さとう、すりごま、みりん	玉ねぎ、にんじん、ねぎ、 きゅうり、えのきたけ	牛乳、 YBCラングドシャ	牛乳、 サクサクポークかぼちゃ	560 513
25日 (金)	ご飯、鶏肉のバーベキューソース焼き、 ほうれん草のソテー、根菜のみそ汁	赤ちゃんせんべい、 軟飯、鶏肉のケチャップ煮、 しらすとほうれん草の煮びたし、 お月見蒸しパン	鶏もも、ちりめんじゃこ、 油揚げ、煮干し、みそ	米、小麦粉、さとう、米油、 さといも	玉ねぎ、ほうれん草、 スイートコーン、大根、 にんじん、ごぼう、ねぎ	牛乳、 お月見蒸しパン	牛乳、 赤ちゃんせんべい	522 468
26日 (土)	食パン、りんごジャム、 コロッケ、付野菜、牛乳	食パン、野菜のミルク煮	牛乳	食パン、りんごジャム、コロッケ、 米油、マヨネーズ	ブロッコリー、きゅうり			513 490
28日 (月)	ビビンバ風、 ワカメスープ、 手作りぶどうゼリー	アンパンマンのハッピーせんべい、 ビビンバ風、ワカメスープ、 マンナウエハース	牛ひき肉、豚ひき肉、 錦糸卵、干しわかめ、 細切りかまぼこ	米、さとう、ごま油、すりごま	たけのこ、もやし、ほうれん草、 にんじん、玉ねぎ	牛乳、 バナナケーキ	牛乳、 1才からのかっぱえびせん	569 507
29日 (火)	長ロール、 こめ粉のポテトグラタン、 サクサクサラダ	アンパンマンビスケット、 食パン、こめ粉のポテトグラタン、野菜サラダ、 かぼちゃせんべい	鶏もも、スキムミルク、牛乳、 とろけるチーズ	長ロール、じゃがいも、バター、 こめ粉、パン粉、 シスコーンプレーン、マヨネーズ	玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、 キャベツ、にんじん、きゅうり、 スイートコーン	牛乳、 ポタポタやき	牛乳、 アンパンマンビスケット	561 569
30日 (水)	きつねごはん、 魚の塩焼き、 野菜いため	バナナ、 軟飯、魚とにんじんの煮物、キャベツのみそ汁、 アンパンマンのハッピーせんべい	油揚げ、鶏肉、さば、 あらびきウインナー	米、さとう、米油	にんじん、キャベツ、もやし、 玉ねぎ、にら	牛乳、 パフスナック	バナナ	502 501

エネルギーは上段が3歳以上児、下段が3歳未満児の表示です。

9月は防災月間〜もしもの時の食事について〜
9月は防災について考える機会が多い月です。
災害が起こると、いつものように食事を用意することが難しくなる場合があります。
そんな時のために、水や非常食等を日頃から準備しておくことが大切です。
また、子どもたちにとって環境が変わり不安を感じることもあるので、なるべく食べ慣れているものを準備しておくで安心ですね。
給食でも使用している身近な食品の「ツナ缶」は、常温保管可能で開けてそのまま食べることができます。
また、たんぱく質が含まれているので、災害時の栄養補給にも役立ちます。
普段の食べ慣れているものを非常時に活用できるよう、御家庭でも備蓄食品について考えてみてはいかがでしょうか。

【大根のツナ和え】
(材料：4人分)
大根 200g
塩 少々
人参 40g
ツナ缶 1缶
醤油 6g
砂糖 3g

幼児食の味付け

(作り方)
1 大根、人参は薄いちょう切り。
2 大根は塩で水気を出す。
3 人参は茹でる。
4 野菜、ツナ調味料で和える。

大根の代わりに切干大根の場合は、
ぬるま湯で戻してハサミで2cmカットでも使用可。



【今月の地産地消】
・3日・・・みそ
・4日・・・なす
・7日・・・ピーマン
・18日・・・米
・29日・・・こめ粉



日付	献立名	離乳食後期 (9から11ヶ月頃)	赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	おやつ	10時おやつ (未満児)	1食分 (kcal)
1日(火)	長ロール, 鶏肉のレモン焼き, ペンネトマトソース, 野菜スープ	アンパンマンビスケット, 食パン,鶏肉のトマト煮,野菜スープ, ポテトとほうれん草のおせんべい	鶏もも,ベーコン	長ロール,オリーブ油, ペンネマカロニ,さとう	レモン果汁,パセリ,玉ねぎ, にんじん,にんにく,トマト, キャベツ,ブロッコリー, スイートコーン	牛乳, 白いふうせん	牛乳, アンパンマンビスケット	601 631
2日(水)	ご飯,魚の照り焼き, ごぼうサラダ, かぼちゃのみそ汁	赤ちゃんせんべい, おかゆ,白身魚と野菜煮,かぼちゃのみそ汁, マンナウエハース	さば,煮干し,みそ	米,みりん,米油,さとう, マヨネーズ	しょうが,ごぼう,キャベツ, にんじん,かぼちゃ,玉ねぎ, ねぎ	牛乳, 野菜スティック	牛乳, 赤ちゃんせんべい	584 554
3日(木)	ご飯,みそカツ, ほうれん草塩昆布和え, けんちん汁	むらさきいもせんべい, おかゆ,鶏肉の味噌煮,けんちん汁, サクサクポークかぼちゃ	鶏もも,みそ,塩昆布, 厚揚げ,みそ,煮干し	米,小麦粉,パン粉,米油, さとう,みりん,すりごま	ほうれん草,玉ねぎ,大根, にんじん,しめじ,ねぎ	牛乳, 米ボンバー	牛乳, むらさきいもせんべい	531 518
4日(金)	他人丼, なすのごま和え, オレンジ	マンナビスケット, 豚肉どんぶり,野菜の柔らか煮, オレンジ,がんばれ！野菜家族	豚肉,卵	米,さとう,片栗粉,すりごま	玉ねぎ,にんじん,ねぎ,なす, ほうれん草,オレンジ	ジョアストロベリー, パイかし	牛乳, マンナビスケット	561 551
5日(土)	冷やしきつねうどん, ちくわ磯辺揚げ, 牛乳	柔らかうどん	油揚げ,かまぼこ,かつおだし, ちくわ磯辺揚げ,牛乳	柔うどん,さとう,みりん,米油	キャベツ,にんじん,ねぎ			354 318
7日(月)	ご飯,ポークケチャップ, 粉ふき芋, 小松菜のみそ汁	アンパンマンのハッピーせんべい, おかゆ,ポークケチャップ,小松菜のみそ汁, 梨のコンポート	豚肉,油揚げ,煮干し,みそ	米,米油,じゃがいも	玉ねぎ,にんじん,ピーマン, パセリ,小松菜	牛乳, 梨ケーキ	オレンジゼリー	505 448
8日(火)	長ロール,かぼちゃのキッシュ, ブロッコリーのごま和え, ABCスープ,牛乳	ポテトとほうれん草のおせんべい, 食パン,かぼちゃのキッシュ,ABCスープ, アンパンマンビスケット	ロースハム,卵,牛乳, とろけるチーズ,鶏もも	長ロール,バター,生クリーム, さとう,すりごま,じゃがいも, ABCマカロニ	ほうれん草,玉ねぎ,かぼちゃ, ブロッコリー,キャベツ,にんじん	フルーツポンチ	牛乳, ポテトとほうれん草のおせんべい	537 523
9日(水)	カレーライス, コロコロサラダ 手作りぶどうゼリー	ハイハイン, カレー風味ライス,きゅうりとトマトのだし煮, マンナビスケット	牛肉,クッキングチーズ	米,じゃがいも,米油, マヨネーズ	玉ねぎ,にんじん,グリーンピース, きゅうり,トマト,スイートコーン	牛乳, 味しらべ	牛乳, アンパンマンのふんわりコーン	691 577
10日 (木)	ご飯,煮干し炒り煮, 豚肉の生姜やき, きゅうりのさっぱり和え, さつまいもスープ	サクサクポークかぼちゃ, おかゆ,豚ひき肉と野菜のあん煮, さつまいもスープ, にんじんせんべい	食べる煮干し,豚肉,ちくわ, ベーコン	米,みりん,さとう,オリーブ油, さつま芋	しょうが,きゅうり,にんじん, 白菜,パセリ	牛乳, ギンビース アスパラガス	牛乳, サクサクポークかぼちゃ	542 547
11日 (金)	ご飯,白身魚のオーロラソース, パプリカサラダ,みそ汁, オレンジ	アンパンマンのハッピーせんべい, おかゆ,魚と野菜のミルク煮, パプリカの煮物,オレンジ, マンナビスケット	ホキ,ツナ,油揚げ,煮干し, みそ	米,片栗粉,米油,マヨネーズ, さとう	きゅうり,キャベツ,にんじん, ねぎ,オレンジ	牛乳, コーンパン	牛乳, アンパンマンのハッピーせんべい	606 573
12日 (土)	食パン,いちごジャム, 田舎スープ, フレッシュゼリー (りんご),牛乳	食パン,田舎スープ	豚肉,牛乳	食パン,いちごジャム,米油	玉ねぎ,干しいたけ,大根, にんじん,キャベツ,ねぎ			368 348
14日 (月)	ご飯,豚肉となすのみそ炒め, 大根のツナ和え, 豆腐のすまし汁	かぼちゃせんべい, おかゆ,寄せ煮,大根のとツナ煮, 豆腐のすまし汁	豚肉,みそ,ツナ,木綿豆腐, かまぼこ,煮干し	米,米油,さとう,片栗粉	なす,玉ねぎ,大根,にんじん, ほうれん草,えのきたけ	牛乳, アイスボックスクッキー	牛乳, アンパンマンのふんわりコーン	567 510
15日 (火)	長ロール,あんかけスパゲッティ, ブロッコリーおかか風味	アンパンマンビスケット, 食パン,あんかけスパゲッティ,野菜の煮びたし, バナナ	あらびきウインナー,花かつお	長ロール,スパゲッティ, オリーブ油,さとう,片栗粉, バター	玉ねぎ,ピーマン, マッシュルーム,ブロッコリー	フルーツコーンフレーク	牛乳, アンパンマンビスケット	605 595
16日 (水)	ご飯,鶏肉のハワイアン焼き, じゃがいものコロコロサラダ, コンソメスープ	がんばれ！野菜家族, おかゆ,鶏肉の照り煮,根菜のミルク煮, 麦ふあ〜	鶏もも皮つき,ロースハム	米,さとう,米油,じゃがいも,マヨネー ズ	にんにく,バイン,きゅうり, にんじん,チンゲン菜,玉ねぎ	牛乳, 黒糖ワークレエ	牛乳, がんばれ！野菜家族	603 503
17日 (木)	ご飯,和風ハンバーグ, キャベツの和風サラダ, みそ汁	むらさきいもせんべい, おかゆ,和風煮込みハンバーグ, キャベツのかつお煮, サクサクポークかぼちゃ	豚ひき肉,牛ひき肉,ひじき, 木綿豆腐,干しわかめ,みそ, 煮干し	米,パン粉,マヨネーズ,さとう	玉ねぎ,キャベツ,にんじん, えのきたけ	牛乳, おとっと	牛乳, むらさきいもせんべい	555 505
18日 (金)	ご飯,魚の甘酢焼き, かぼちゃのそぼろ煮, 白菜のみそ汁	マンナビスケット, おかゆ,魚と白菜の煮物,かぼちゃのそぼろ煮, 赤ちゃんせんべい	ホキ,鶏ひき肉,油揚げ, 煮干し,みそ	米,さとう,米油,片栗粉	かぼちゃ,しょうが,白菜, しめじ	牛乳, おやつカステラ	牛乳, マンナビスケット	603 585
19日 (土)	焼きスパ,バナナ,牛乳	煮込みうどん,バナナ	豚肉,牛乳	スパゲッティ,米油	キャベツ,にんじん,ピーマン, バナナ			308 260
24日 (木)	牛丼,きゅうりのごま酢和え, かき卵汁	サクサクポークかぼちゃ, おかゆ,牛そぼろ丼,きゅうりのおかか煮, むらさきいもせんべい	牛肉,木綿豆腐,卵, かつおだし	米,さとう,すりごま,みりん	玉ねぎ,にんじん,ねぎ, きゅうり,えのきたけ	牛乳, YBCラングドシャ	牛乳, サクサクポークかぼちゃ	560 513
25日 (金)	ご飯,鶏肉のバーベキューソース焼き, ほうれん草のソテー,根菜のみそ汁	赤ちゃんせんべい, おかゆ,鶏肉のケチャップ煮, しらすとほうれん草の煮びたし, お月見蒸しパン	鶏もも,ちりめんじゃこ, 油揚げ,煮干し,みそ	米,小麦粉,さとう,米油, さといも	玉ねぎ,ほうれん草, スイートコーン,大根, にんじん,ごぼう,ねぎ	牛乳, お月見蒸しパン	牛乳, 赤ちゃんせんべい	522 468
26日 (土)	食パン,りんごジャム, コロッケ,付野菜,牛乳	食パン,野菜のミルク煮	牛乳	食パン,りんごジャム,コロッケ, 米油,マヨネーズ	ブロッコリー,きゅうり			513 490
28日 (月)	ビビンバ風, ワカメスープ, 手作りぶどうゼリー	アンパンマンのハッピーせんべい,おかゆ,ビビンバ風,ワ カメスープ,マンナウエハース	牛ひき肉,豚ひき肉, 錦糸卵,干しわかめ, 細切りかまぼこ	米,さとう,ごま油,すりごま	たけのこ,もやし,ほうれん草, にんじん,玉ねぎ	牛乳, バナナケーキ	牛乳, 1才からのかっぱえびせん	569 507
29日 (火)	長ロール, こめ粉のポテトグラタン, サクサクサラダ	アンパンマンビスケット, 食パン,こめ粉のポテトグラタン,野菜のかつお煮, かぼちゃせんべい	鶏もも,スキムミルク,牛乳, とろけるチーズ	長ロール,じゃがいも,バター, こめ粉,パン粉, シスコーンプレーン,マヨネーズ	玉ねぎ,しめじ,ほうれん草, キャベツ,にんじん,きゅうり, スイートコーン	牛乳, ポタポタやき	牛乳, アンパンマンビスケット	561 569
30日 (水)	きつねごはん, 魚の塩焼き, 野菜いため	バナナ, おかゆ,魚とにんじんの煮物,キャベツのみそ汁, アンパンマンのハッピーせんべい	油揚げ,鶏肉,さば, あらびきウインナー	米,さとう,米油	にんじん,キャベツ,もやし, 玉ねぎ,にら	牛乳, パフスナック	バナナ	502 501

エネルギーは上段が3歳以上児、下段が3歳未満児の表示です。

9月は防災月間〜もしもの時の食事について〜
9月は防災について考える機会が多い月です。
災害が起こると、いつものように食事を用意することが難しくなる場合があります。
そんな時のために、水や非常食等を日頃から準備しておくことが大切です。
また、子どもたちにとって環境が変わり不安を感じることもあるので、なるべく食べ慣れているものを
準備しておくで安心ですね。
給食でも使用している身近な食品の「ツナ缶」は、常温保管可能で開けてそのまま食べることができます。
また、たんぱく質が含まれているので、災害時の栄養補給にも役立ちます。
普段の食べ慣れているものを非常時に活用できるよう、御家庭でも備蓄食品について考えてみてはいかがでしょうか。

【大根のツナ和え】
(材料：4人分)
大根 200g
塩 少々
人参 40g
ツナ缶 1缶
醤油 6g
砂糖 3g
幼児食の味付け

(作り方)
1 大根、人参は薄いちょう切り。
2 大根は塩で水気を出す。
3 人参は茹でる。
4 野菜、ツナ調味料で和える。
大根の代わりに切干大根の場合は、
ぬるま湯で戻してハサミで2cmカットでも使用可。



【今月の地産地消】
・3日・・・みそ
・4日・・・なす
・7日・・・ピーマン
・18日・・・米
・29日・・・こめ粉



日付	献立名	離乳食中期 (7から8ヶ月頃)	赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	おやつ	10時おやつ (未満児)	1食分 (kcal)
1日(火)	長ロール、 鶏肉のレモン焼き、 ペンネトマトソース、 野菜スープ	パンかゆ、鶏肉のトマト煮、野菜スープ、 ポテトとほうれん草のおせんべい	鶏もも、ベーコン	長ロール、オリーブ油、 ペンネマカロニ、さとう	レモン果汁、パセリ、玉ねぎ、 にんじん、にんにく、トマト、 キャベツ、ブロッコリー、 スイートコーン	牛乳、 白いふうせん	牛乳、 アンパンマンビスケット	601 631
2日(水)	ご飯、魚の照り焼き、 ごぼうサラダ、 かぼちゃのみそ汁	おかゆ、白身魚と野菜煮、かぼちゃ汁、 赤ちゃんせんべい	さば、煮干し、みそ	米、みりん、米油、さとう、 マヨネーズ	しょうが、ごぼう、キャベツ、 にんじん、かぼちゃ、玉ねぎ、 ねぎ	牛乳、 野菜スティック	牛乳、 赤ちゃんせんべい	584 554
3日(木)	ご飯、みそカツ、 ほうれん草塩昆布和え、 けんちん汁	おかゆ、鶏肉の煮物、けんちん汁、 むらさきいもせんべい	鶏もも、みそ、塩昆布、 厚揚げ、みそ、煮干し	米、小麦粉、パン粉、米油、 さとう、みりん、すりごま	ほうれん草、玉ねぎ、大根、 にんじん、しめじ、ねぎ	牛乳、 米ボンバー	牛乳、 むらさきいもせんべい	531 518
4日(金)	他人丼、 なすのごま和え、 オレンジ	おかゆ、鶏と野菜の煮物、 野菜の柔らかか煮、オレンジ、 がんばれ！野菜家族	豚肉、卵	米、さとう、片栗粉、すりごま	玉ねぎ、にんじん、ねぎ、なす、 ほうれん草、オレンジ	ジョアストロベリー、 パイかし	牛乳、 マンナビスケット	561 551
5日(土)	冷やしきつねうどん、 ちくわ磯辺揚げ、 牛乳	やわらかうどん	油揚げ、かまぼこ、かつおだし、 ちくわ磯辺揚げ、牛乳	柔うどん、さとう、みりん、米油	キャベツ、にんじん、ねぎ			354 318
7日(月)	ご飯、ポークケチャップ、 粉ふき芋、 小松菜のみそ汁	おかゆ、鶏肉の煮物、小松菜汁、 梨のコンポート	豚肉、油揚げ、煮干し、みそ	米、米油、じゃがいも	玉ねぎ、にんじん、ピーマン、 パセリ、小松菜	牛乳、 梨ケーキ	オレンジゼリー	505 448
8日(火)	長ロール、かぼちゃのキッシュ、 ブロッコリーのごま和え、 A B C スープ、牛乳	パンかゆ、かぼちゃの煮物、鶏肉と野菜煮、 ポテトとほうれん草のおせんべい	ロースハム、卵、牛乳、 とろけるチーズ、鶏もも	長ロール、バター、生クリーム、 さとう、すりごま、じゃがいも、 A B C マカロニ	ほうれん草、玉ねぎ、かぼちゃ、 ブロッコリー、キャベツ、にんじん	フルーツポンチ	牛乳、 ポテトとほうれん草のおせんべい	537 523
9日(水)	カレーライス、 コロコロサラダ 手作りぶどうゼリー	おかゆ、鶏肉と根菜煮、 きゅうりとトマトのすり流し、 ハイハイン	牛肉、クッキングチーズ	米、じゃがいも、米油、 マヨネーズ	玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、 きゅうり、トマト、スイートコーン	牛乳、 味しらべ	牛乳、 アンパンマンのふんわりコーン	691 577
10日 (木)	ご飯、煮干し炒り煮、 豚肉の生姜やき、 きゅうりのさっぱり和え、 さつまいもスープ	おかゆ、鶏肉と野菜のあん煮、 さつまいもスープ、 にんじんせんべい	食べる煮干し、豚肉、ちくわ、 ベーコン	米、みりん、さとう、オリーブ油、 さつま芋	しょうが、きゅうり、にんじん、 白菜、パセリ	牛乳、 ギンビース アスパラガス	牛乳、 サクサクポロカぼちゃ	542 547
11日 (金)	ご飯、白身魚のオーロラソース、 パプリカサラダ、みそ汁、 オレンジ	おかゆ、魚と野菜のミルク煮、 パプリカの煮物、オレンジ、 アンパンマンのハッピーせんべい	ホキ、ツナ、油揚げ、煮干し、 みそ	米、片栗粉、米油、マヨネーズ、 さとう	きゅうり、キャベツ、にんじん、 ねぎ、オレンジ	牛乳、 コーンパン	牛乳、 アンパンマンのハッピーせんべい	606 573
12日 (土)	食パン、いちごジャム、 田舎スープ、 フレッシュゼリー (りんご) 、牛乳	パンかゆ、田舎スープ	豚肉、牛乳	食パン、いちごジャム、米油	玉ねぎ、干しいたけ、大根、 にんじん、キャベツ、ねぎ			368 348
14日 (月)	ご飯、豚肉となすのみそ炒め、 大根のツナ和え、 豆腐のすまし汁	おかゆ、豆腐とほうれん草のすり流し、 大根のとツナ煮、 かぼちゃせんべい	豚肉、みそ、ツナ、木綿豆腐、 かまぼこ、煮干し	米、米油、さとう、片栗粉	なす、玉ねぎ、大根、にんじん、 ほうれん草、えのきたけ	牛乳、 アイスボックスクッキー	牛乳、 アンパンマンのふんわりコーン	567 510
15日 (火)	長ロール、あんかけスパゲッティ、 ブロッコリーおかか風味	パンかゆ、やわらかスパゲッティ、 野菜の煮びたし、 バナナ	あらびきウインナー、花かつお	長ロール、スパゲッティ、 オリーブ油、さとう、片栗粉、 バター	玉ねぎ、ピーマン、 マッシュルーム、ブロッコリー	フルーツコーンフレーク	牛乳、 アンパンマンビスケット	605 595
16日 (水)	ご飯、鶏肉のハワイアン焼き、 じゃがいものゴロゴロサラダ、 コンソメスープ	おかゆ、鶏肉の照り煮、根菜のミルク煮、 がんばれ！野菜家族	鶏もも皮つき、ロースハム	米、さとう、米油、じゃがいも、マヨネーズ	にんにく、バイン、きゅうり、 にんじん、チンゲン菜、玉ねぎ	牛乳、 黒糖ワークレエ	牛乳、 がんばれ！野菜家族	603 503
17日 (木)	ご飯、和風ハンバーグ、 キャベツの和風サラダ、 みそ汁	おかゆ、豆腐と玉ねぎの煮物、 キャベツのかつお煮、 むらさきいもせんべい	豚ひき肉、牛ひき肉、ひじき、 木綿豆腐、干しわかめ、みそ、 煮干し	米、パン粉、マヨネーズ、さとう	玉ねぎ、キャベツ、にんじん、 えのきたけ	牛乳、 おとっと	牛乳、 むらさきいもせんべい	555 505
18日 (金)	ご飯、魚の甘酢焼き、 かぼちゃのそぼろ煮、 白菜のみそ汁	おかゆ、魚と白菜の煮物、かぼちゃの煮物、 赤ちゃんせんべい	ホキ、鶏ひき肉、油揚げ、 煮干し、みそ	米、さとう、米油、片栗粉	かぼちゃ、しょうが、白菜、 しめじ	牛乳、 おやつカステラ	牛乳、 マンナビスケット	603 585
19日 (土)	焼きスパ、バナナ、牛乳	煮込みうどん、バナナ	豚肉、牛乳	スパゲッティ、米油	キャベツ、にんじん、ピーマン、 バナナ			308 260
24日 (木)	牛丼、きゅうりのごま酢和え、 かき卵汁	おかゆ、豆腐とにんじんの煮物、 きゅうりのおかか煮、 むらさきいもせんべい	牛肉、木綿豆腐、卵、 かつおだし	米、さとう、すりごま、みりん	玉ねぎ、にんじん、ねぎ、 きゅうり、えのきたけ	牛乳、 YBCラングドシャ	牛乳、 サクサクポロカぼちゃ	560 513
25日 (金)	ご飯、鶏肉のバーベキューソース焼き、 ほうれん草のソテー、根菜のみそ汁	おかゆ、鶏肉のトマト煮、 しらすとほうれん草の煮びたし、 赤ちゃんせんべい	鶏もも、ちりめんじゃこ、 油揚げ、煮干し、みそ	米、小麦粉、さとう、米油、 さといも	玉ねぎ、ほうれん草、 スイートコーン、大根、 にんじん、ごぼう、ねぎ	牛乳、 お月見蒸しパン	牛乳、 赤ちゃんせんべい	522 468
26日 (土)	食パン、りんごジャム、 コロッケ、付野菜、牛乳	パンかゆ、鶏と野菜の煮物	牛乳	食パン、りんごジャム、コロッケ、 米油、マヨネーズ	ブロッコリー、きゅうり			513 490
28日 (月)	ピビンバ風、 ワカメスープ、 手作りぶどうゼリー	おかゆ、豆腐の野菜あんかけ、 野菜の煮物、 アンパンマンのハッピーせんべい	牛ひき肉、豚ひき肉、 錦糸卵、干しわかめ、 細切りかまぼこ	米、さとう、ごま油、すりごま	たけのこ、もやし、ほうれん草、 にんじん、玉ねぎ	牛乳、 バナナケーキ	牛乳、 1才からのかっぱえびせん	569 507
29日 (火)	長ロール、 こめ粉のポテグラタン、 サクサクサラダ	パンかゆ、鶏肉と野菜の煮物、 野菜のかつお煮、 かぼちゃせんべい	鶏もも、スキムミルク、牛乳、 とろけるチーズ	長ロール、じゃがいも、バター、 こめ粉、パン粉、 シスコーンプレーン、マヨネーズ	玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、 キャベツ、にんじん、きゅうり、 スイートコーン	牛乳、 ポタポタやき	牛乳、 アンパンマンビスケット	561 569
30日 (水)	きつねごはん、 魚の塩焼き、 野菜いため	おかゆ、魚とにんじんの煮物、キャベツ汁、 バナナ	油揚げ、鶏肉、さば、 あらびきウインナー	米、さとう、米油	にんじん、キャベツ、もやし、 玉ねぎ、にら	牛乳、 パフスナック	バナナ	502 501

エネルギーは上段が3歳以上児、下段が3歳未満児の表示です。

9月は防災月間～もしもの時の食事について～
9月は防災について考える機会が多い月です。
災害が起こると、いつものように食事を用意することが難しくなる場合があります。
そんな時のために、水や非常食等を日頃から準備しておくことが大切です。
また、子どもたちにとって環境が変わり不安を感じることもあるので、なるべく食べ慣れているものを準備しておく心安心ですね。
給食でも使用している身近な食品の「ツナ缶」は、常温保管可能で開けてそのまま食べることができます。
また、たんぱく質が含まれているので、災害時の栄養補給にも役立ちます。
普段の食べ慣れているものを非常時に活用できるよう、御家庭でも備蓄食品について考えてみてはいかがでしょうか。

【大根のツナ和え】
(材料：4人分)
大根 200g
塩 少々
人参 40g
ツナ缶 1缶
醤油 6g
砂糖 3g

幼児食の味付け

(作り方)
1 大根、人参は薄いちょう切り。
2 大根は塩で水気を出す。
3 人参は茹でる。
4 野菜、ツナ調味料で和える。

大根の代わりに切干大根の場合は、
ぬるま湯で戻してハサミで2cmカットでも使用可。



【今月の地産地消】
・3日・・・みそ
・4日・・・なす
・7日・・・ピーマン
・18日・・・米
・29日・・・こめ粉

