

令和4年9月 給食献立表

中秋の名月「お月見」



中秋の名月を「十五夜」ともいいます。
十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子を
お供えます。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、
豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子
と、秋に収穫される果物やスキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。



| 日 | 曜日 | 献立名 | 3時のおやつ | 黄の仲間 (熱や力になるもの) | 赤の仲間 (血や肉になるもの) | 緑の仲間 (体の調子を整えるもの) | 献立名 | 黄の仲間 (熱や力になるもの) | 赤の仲間 (血や肉になるもの) | 緑の仲間 (体の調子を整えるもの) |
|----|----|-------------------------------------|----------------------|--|---|---|--|--|----------------------------|--|
| 1 | 木 | 竹輪の磯辺揚げ なすと豚肉のみそ炒め わかめスープ ★ご飯 | 牛乳 フルーツ寒天 | 米 小麦粉 でんぶん 油 砂糖 | 竹輪のり 豚肉 みそ わかめ いりこ 牛乳 寒天 | なす 玉葱 青ピーマン 人参 しょうが チンゲン菜 みかん缶 バイン缶 | 雑菜 みそ汁 ★ご飯 | 米 油 春雨 砂糖 じゃがいも | 豚肉 菜 油揚げ いりこ | キャベツ もやし 人参 ねぎ 干し椎茸 玉葱 |
| 2 | 金 | 焼魚 小松菜の磯和え みそ汁 ★ご飯 | 牛乳 ジャムサンド | 米 ごまパン いちごジャム | さばのり 豆腐 みそ いりこ 牛乳 | こまつな もやし オクラ えのきたけ | クリーム煮 バインと胡瓜のサラダ ★ご飯 | マカロニ バター 油 じゃがいも コーン缶 ごま油 小麦粉 砂糖 米 | 鶏肉 えび スキムミルク | 玉葱 人参 グリンピース きゅうり バイン缶 キャベツ |
| 3 | 土 | チャンポン 昆布豆 ★ご飯 | 牛乳 カステラ ネーブル | 米 中華めん 油 砂糖 カステラ | 豚肉 いか 竹輪 牛乳 大豆 こんぶ | キャベツ 玉葱 もやし 人参 きくらげ ネーブル | 炒り豆腐 ごま和え 五目みそ汁 ★ご飯 | 米 油 砂糖 ごま | 豆腐 鶏肉 卵 豚肉 わかめ | 玉葱 干し椎茸 人参 さやいんげん 人参 かぼちゃ なす もやし |
| 5 | 月 | 麻婆茄子 春雨の酢の物 果物 ★ご飯 | お茶 じゃこおやき | 米 砂糖 ごま油 油 でんぶん 春雨 小麦粉 | 豚肉 みそ ハム しらす干し 卵 スキムミルク | なす 玉葱 人参 なら にんにく きゅうり なし キャベツ | 小松菜としめじのキャッシュ グリーンサラダ コーンスープ ★ご飯 | 米 バター コーン缶 ごま コーン缶 | ベーコン 卵 牛乳 わかめ 生クリーム チーズ | こまつな しめじ 玉葱 アスパラガス きゅうり 人参 かぼちゃ バセリ |
| 6 | 火 | 魚のチーズピカタ 甘豆サラダ ミネストロネ ★ご飯 | フルーツ コーンフレーク | 米 小麦粉 油 マカロニ じゃがいも コーンフレーク | いら 卵 チーズ ベーコン パニライス | バセリ キャベツ 夏みかん 缶 玉葱 人参 にんにく パナ レーズン | じゃがいも トマト煮 酢味噌和え ★ご飯 | 米 じゃがいも 砂糖 | 牛肉 竹輪 | 玉葱 トマト 人参 さやいんげん キャベツ |
| 7 | 水 | 厚揚げの中華煮 ごまマヨネーズ和え ころろスープ ★ご飯 | 牛乳 ヨーグルト 蒸しパン | 米 こんにやく 砂糖 油 ごま油 ごま でんぶん マヨネーズ 小麦粉 | 厚揚げ 豚肉 竹輪 卵 牛乳 ヨーグルト | 人参 玉葱 さやいんげん 干し椎茸 キャベツ きゅうり なら レーズン | カレーうどん 煮豆 ★ご飯 | うどん 油 でんぶん はちみつ 砂糖 米 | 鶏肉 かまぼこ 大豆 | 玉葱 人参 わげ にんにく |
| 8 | 木 | 豆のシチュー ツナサラダ 果物 ★ご飯 | 牛乳 かぼちゃおやき | 米 じゃがいも 油 砂糖 小麦粉 バター マヨネーズ | 牛肉 いんげん ツナ缶 スキムミルク 牛乳 チーズ 卵 | 玉葱 人参 にんにく キャベツ きゅうり ぶどう かぼちゃ | 野菜炒め 中華和え みそ汁 ★ご飯 | 米 ごま油 じゃがいも ごま油 砂糖 | 豚肉 卵 豆腐 油揚げ | しょうが にんにく 油揚げ 青ピーマン 玉葱 人参 なす キャベツ きゅうり わげ バセリ |
| 9 | 金 | さつまいもの煮物 ひじきサラダ 果物 ★ご飯 | 牛乳 黄粉団子 | 米 さつまいも こんにやく 油 砂糖 マヨネーズ 白玉粉 | 鶏肉 ひじき ツナ缶 チーズ 牛乳 きな粉 | 人参 ごぼう しめじ キャベツ りんご | ハンバーグ 小松菜とエリンギのソテー かきたま汁 ★ご飯 | 米 卵 粉 油 砂糖 でんぶん | 豚肉 牛肉 牛乳 卵 わかめ かまぼこ | 玉葱 こまつな エリンギ |
| 10 | 土 | ジャージャー麺 中華スープ ★ご飯 | 牛乳 メロンパン | 米 中華めん 砂糖 ごま油 米 でんぶん パン | 豚肉 みそ ベーコン 牛乳 | ねぎ 人参 きゅうり もやし しめじのこ チンゲン菜 しめじ | 魚のケチャップ煮 ジャーマンポテト コーンスープ ★ご飯 | 米 砂糖 じゃがいも バター コーン缶 | さば ベーコン | 玉葱 バセリ 人参 |
| 12 | 月 | 豚肉のカレーいため トマト卵のスープ 果物 ★ご飯 | 牛乳 豆乳クレープ | 米 じゃがいも 油 でんぶん 小麦粉 バター いちごジャム | 豚肉 卵 牛乳 豆乳 | 玉葱 青ピーマン 人参 トマト バセリ ぶどう | 若草焼き 中華和え 汁ビーフン ★ご飯 | 米 砂糖 油 ごま油 ベーコン | 豆腐 卵 豚肉 しらす干し | なら キャベツ きゅうり 玉葱 人参 もやし わげ |
| 13 | 火 | チキンピーンズ チーズサラダ ジュリアンスープ ★ご飯 | 牛乳 りんごケーキ | 米 じゃがいも 砂糖 マヨネーズ 小麦粉 油 | 鶏肉 大豆 しらす干し チーズ 牛乳 卵 | 玉葱 人参 キャベツ バセリ きゅうり セロリ りんご | 南瓜のグラタン キャベツスープ ★ご飯 | 米 油 小麦粉 バター | 鶏肉 豆乳 チーズ ベーコン | かぼちゃ 玉葱 しめじ バセリ キャベツ 人参 |
| 14 | 水 | 魚のてりやき ごま和え みそ汁 ★ご飯 | 牛乳 チーズ焼き | 米 砂糖 油 ごま じゃがいも | たら 豆腐 わかめ いりこ みそ 牛乳 ベーコン チーズ | キャベツ もやし 人参 えのきたけ バセリ | スパゲティミートソース スープ ★ご飯 | スパゲティ 油 小麦粉 じゃがいも 米 | 牛肉 豚肉 ベーコン パルメザンチーズ | 人参 玉葱 青ピーマン キャベツ |
| 15 | 木 | 豚じゃが 酢の物 豆乳汁 ★ご飯 | 牛乳 しらすとーと | 米 じゃがいも しらす干し 油 砂糖 ごまパン マヨネーズ | 豚肉 しらす干し わかめ 豆乳 みそ 豆腐 いりこ 牛乳 | 玉葱 人参 グリンピース きゅうり 干し椎茸 わげ | チャンプル 春雨スープ ★ご飯 | 米 油 春雨 | 豆腐 豚肉 卵 かつお節 いりこ | 人参 もやし なら きくらげ はくさい |
| 16 | 金 | 鶏肉と野菜のみそ炒め かき玉汁 果物 ★ご飯 | 牛乳 栄養チヂミ | 米 油 砂糖 でんぶん ごま油 じゃがいも | 鶏肉 みそ わかめ かつお節 あおろ 牛乳 ベーコン しらす干し | キャベツ 玉葱 もやし がなしめじ えだまめ にんにく 人参 なら | 魚の紅葉焼き きんぴらごぼう みそ汁 ★ご飯 | 米 マヨネーズ しらす干し ごま油 砂糖 ふ | ホキ 豚肉 | 人参 ごぼう さやいんげん こまつな えのきたけ |
| 17 | 土 | きつねうどん 厚揚げと小松菜の炒め煮 ★ご飯 | 牛乳 丸ポロ チーズ | うどん 砂糖 油 丸ポロ 米 | 油揚げ 牛肉 いりこ 厚揚げ 牛乳 チーズ | 人参 わげ こまつな | うま煮 みそ汁 じゃこ和え ★ご飯 | 米 じゃがいも 砂糖 こんにやく | 鶏肉 しらす干し 生揚げ わかめ | 人参 玉葱 干し椎茸 グリンピース もやし チンゲン菜 ツアノ |
| 20 | 火 | 魚のかりんとう揚げ ゆかり和え みそ汁 ★ご飯 | 牛乳 きなこトースト | 米 でんぶん 油 砂糖 ごまパン バター | かつお 厚揚げ わかめ いりこ みそ 牛乳 きな粉 | しょうが キャベツ きゅうり 人参 しそ菜 | 八宝菜 春雨スープ ★ご飯 | 米 油 砂糖 ごま油 でんぶん 春雨 | 豚肉 いか えび ベーコン | キャベツ もやし 玉葱 干し椎茸 人参 にんにく チンゲン菜 |
| 21 | 水 | ※お楽しみ会※ 焼きそば スープ 果物 ★ご飯 | 牛乳 ヨーグルト寒 | 米 中華めん 砂糖 米 いちごジャム | 豚肉 さつまいも 寒天 かつお節 あおろ 豆腐 牛乳 カルピス | キャベツ もやし 人参 玉葱 チンゲン菜 えのきたけ なし | ドライカレー キャベツとバインのサラダ 豆腐スープ ★ご飯 | 米 とうもろこし 油 砂糖 | 牛肉 豆腐 いりこ | 玉葱 人参 青ピーマン にんにく りんご キャベツ きゅうり バイン缶 こまつな |
| 22 | 木 | 親子煮 ツナ和え みそ汁 ★ご飯 | 牛乳 岩石揚げ | 米 じゃがいも 砂糖 さつまいも 小麦粉 油 | 鶏肉 卵 ツナ缶 厚揚げ わかめ いりこ みそ 牛乳 大豆 ひじき | 玉葱 人参 干し椎茸 チンゲン菜 もやし | 肉豆腐 みそ汁 ★ご飯 | 米 しらす干し 油 砂糖 ふ | 牛肉 豆腐 わかめ みそ いりこ | 人参 玉葱 わげ こまつな |
| 24 | 土 | 野菜ラーメン なすのおかか煮 ★ご飯 | 牛乳 バナナ パウムクーヘン | 米 中華めん ごま油 油 砂糖 パウムクーヘン | 豚肉 みそ 牛乳 かつお節 | 人参 キャベツ もやし 玉葱 なす バナナ | 魚のカレームニエル キャベツのサラダ 豆腐スープ ★ご飯 | 米 小麦粉 油 バター | ホキ ハム 豆腐 わかめ いりこ | キャベツ きゅうり 生しいたけ |
| 26 | 月 | ※誕生会※ ピピンパ のりサラダ 中華スープ 果物 | 牛乳 フルーツサンド | 米 ごま油 砂糖 ごま コーン缶 でんぶん パン | 豚肉 豆腐 牛乳 生クリーム | にんにく こまつな もやし 人参 きゅうり リーフレタス 水菜 えのきたけ ぶどう チンゲン菜 もも | ハヤシシチュー コールスロー ★ご飯 | 米 じゃがいも 油 小麦粉 バター 砂糖 マヨネーズ | 牛肉 ヨーグルト | にんにく 玉葱 人参 グリンピース トマト キャベツ きゅうり |
| 27 | 火 | ポテトのカレー煮 わかめサラダ 果物 ★ご飯 | 牛乳 みそ入り蒸しパン | 米 じゃがいも 油 コーン缶 砂糖 小麦粉 | ベーコン 大豆 わかめ 牛乳 みそ | 玉葱 人参 青ピーマン キャベツ りんご | 豚肉のしょうが焼き ごぼうサラダ 汁ビーフン ★ご飯 | 米 ごま油 砂糖 コーン缶 ビーフン | 豚肉 かつお節 ツナ缶 ベーコン いりこ | しょうが にんにく わげ 玉葱 ごぼう 人参 キャベツ |
| 28 | 水 | 柳川煮 あっさり納豆 みそ汁 ★ご飯 | 牛乳 アメリカンドッグ | 米 こんにやく 油 砂糖 小麦粉 | 豚肉 卵 納豆 豆腐 わかめ 牛乳 ウィンナー | ごぼう 人参 干し椎茸 玉葱 さやいんげん もやし しそ菜 こまつな | 焼きうどん はんぺん汁 ★ご飯 | 米 うどん 油 ごま | 鶏肉 はんぺん こんぶ かつお節 | キャベツ 人参 生しいたけ 玉葱 しめじ こまつな |
| 29 | 木 | チキンカレー はりはり漬け 果物 ★ご飯 | 牛乳 りんご寒 | 米 じゃがいも 油 小麦粉 バター 砂糖 | 鶏肉 牛乳 ひじき お揚げ 寒天 | 玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく 切干大根 ぶどう りんご スライス もも | 厚揚げのそぼろ煮 ツツと若布の酢の物 みそ汁 ★ご飯 | 米 油 砂糖 ごま | 厚揚げ 豚肉 わかめ ツナ缶 油揚げ いりこ | さやいんげん 玉葱 人参 きゅうり もやし こまつな |
| 30 | 金 | 魚のみそマヨネーズ焼き ごま和え けんちん汁 ★ご飯 | 牛乳 芋ようかん | 米 砂糖 マヨネーズ ごま こんにやく さつまいも | ホキ みそ 鶏肉 油揚げ 豆腐 いりこ 牛乳 スキムミルク 寒天 | もやし きゅうり こまつな 人参 ごぼう | すきやき 大根と人参の酢の物 ★ご飯 | 米 しらす干し 油 砂糖 | 牛肉 豆腐 しらす | 白菜 わげ 人参 椎茸 大根 |

※入荷の都合により献立及び材料の一部を変更することがあります。