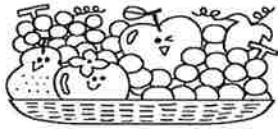
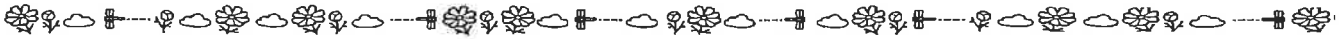


令和7年9月 給食献立表



秋の食べもの

秋はくだものおいしい季節。ブドウや梨、いちじくや柿など、いろいろなくだものが旬を迎えます。朝食をとりにくいお子さんは、小さく切った果物を用意してあげると食べやすいかもしれません。久留米市は、さまざまなフルーツ狩りも楽しめます。自分の手で収穫したフレッシュな果物の味を楽しんでみるのもいいですね。



日 曜日	献立名	3時のおやつ	具の仲間 (熱や力になるもの)	具の仲間 (血や肉になるもの)	具の仲間 (体の調子を整えるもの)	献立名	具の仲間 (熱や力になるもの)	具の仲間 (血や肉になるもの)	具の仲間 (体の調子を整えるもの)
1 月	ハヤシチュー 和風サラダ 果物 ★ご飯	牛乳 オレンジ寒	米じゃがいも 油 小麦粉 パター ごま 砂糖	牛肉 鶏肉 みそ 牛乳 煮菜	にんにく 玉葱 人参 グリーンピース トマト キャベツ きゅうり なし みかんジュース みかん缶	鶏肉のマッシュポテト焼き 小松菜のサラダ みそ汁 ★ご飯	米 マッシュポテト マヨネーズ ごま	鶏肉 ベーコン 油揚げ わかめ いりこ みそ	ごまつな やし 人参 かぼちゃ
2 火	麻婆豆腐 ナムル わかめスープ ★ご飯	牛乳 いもくろパン	米 砂糖 ごま油 でんぷん 醤油 味噌 パター 小麦粉 さつまいも ごま	豆腐 鶏肉 みそ わかめ いりこ 牛乳	玉葱 干し椎茸 人参 しょうが もやし ごまつな チンゲンツアイ	魚のかりんとう揚げ キャロットサラダ ワタンスープ ★ご飯	米 でんぷん 油 砂糖 ごま マヨネーズ ワタンの皮	かつお ツナ缶 鶏肉 竹輪	しょうが 人参 玉葱 えのき ねぎ
3 水	若草焼き 切干大根の煮物 豚汁 ★ご飯	牛乳 チーズサンドクラッ カー	米 砂糖 油 クラッカー	豆腐 鶏肉 油揚げ 鶏肉 いりこ みそ 牛乳 クリームチーズ	にら 切干しいたけ 人参 玉葱 キャベツ	スパゲティナポリタン 豆腐スープ ★ご飯	スパゲティ コーン 油 米	牛肉 ハム チーズ 豆腐 いりこ	玉葱 グリンピース チンゲンツアイ
4 木	ポークビーンズ コールスロー 果物 ★ご飯	牛乳 ピザトースト	米じゃがいも 砂糖 マヨネーズ パン	大豆 豚肉 ベーコン ヨーグルト プロセスチーズ 牛乳	玉葱 人参 キャベツ きゅうり パプリカ バナナ	厚揚げ含め煮 ひじきの和風サラダ みそ汁 ★ご飯	米 しらす 砂糖 ごま じゃがいも	厚揚げ 牛肉 鶏肉 干し椎茸 わかめ いりこ みそ	玉葱 人参 ごまつな きゅうり
5 金	魚のピカタ じゃがいもとピーマンのソテー きのこたっぷりスープ ★ご飯	牛乳 卵サンド	米 小麦粉 油 じゃがいも パン マヨネーズ パター	ホキ 卵 ベーコン 牛乳	バセリ 青ピーマン 玉葱 ぶなしめじ しいたけ しいたけ 人参 ねぎ	鶏肉のクリーム煮 かみかみサラダ ★ご飯	パン 小麦粉 油 じゃがいも コーン マカロニ バター マヨネーズ	鶏肉 スキムミルク 干し椎茸 大豆	玉葱 人参 バセリ キャベツ きゅうり
6 土	※夕涼み会※								
8 月	ツナじゃが 中華和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	米じゃがいも しょうが 油 砂糖 ごま油 小麦粉	ツナ缶 卵 油揚げ みそ いりこ 牛乳 ヨーグルト	玉葱 人参 ねぎ キャベツ きゅうり なす レーズン	魚のてりやき ごまみそ和え 豆乳汁 ★ご飯	米 砂糖 油 ごま	たら 鶏肉 みそ 豆腐 豆腐 いりこ	キャベツ きゅうり 人参 玉葱 干椎茸 ねぎ
9 火	厚揚げのそぼろ煮 ごぼうサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 じゃが芋とベーコン のチーズ焼き	米 油 砂糖 コーン マヨネーズ じゃがいも	厚揚げ 鶏肉 かつお節 ツナ缶 ベーコン プロセスチーズ 牛乳	さやいんげん 玉葱 人参 ごぼう きゅうり なし バセリ	チャンプル とうがんスープ ★ご飯	米 油	豆腐 鶏肉 かつお節 鶏肉 いりこ	人参 もやし にら とうがん しいたけ ねぎ
10 水	煮魚 酢みそ和え けんちん汁 ★ご飯	牛乳 マドレーヌ	米 砂糖 ごま 小麦粉 バター	まぶた 竹輪 みそ 鶏肉 油揚げ 豆腐 いりこ 牛乳	キャベツ 人参 きゅうり ごぼう ごまつな	煮込みうどん ツナじゃが ★ご飯	うどん じゃがいも 砂糖 米	鶏肉 かまぼこ 卵 いりこ ツナ缶	玉葱 人参 キャベツ こねぎ
11 木	ポークカレー 小松菜のサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 あじさいヨーグルト	米じゃがいも 油 小麦粉 バター はちみつ コーン 砂糖	豚肉 牛乳 ツナ缶 スキムミルク ヨーグルト 煮菜	玉葱 人参 グリンピース にんにく にんにく ごまつな きゅうり キャベツ ネーブル ぶどうジュース	肉豆腐 あっさり納豆 ニラときのこのスープ ★ご飯	米 しらす 油 砂糖 ごま油 でんぷん	牛肉 豆腐 納豆	人参 玉葱 ねぎ もやし しらすにしいたけ えのき
12 金	ぎせい豆腐 甘酢和え みそ汁 ★ご飯	お茶 ご飯お焼き	米 砂糖 焼きごま油	豆腐 鶏肉 干し椎茸 卵 いりこ みそ 牛乳 しらす干し	玉葱 人参 しいたけ グリーンピース キャベツ みかん缶 きゅうり ごまつな なし ねぎ	魚のごまソース焼き 拌三条 みそ汁 ★ご飯	米 でんぷん 油 ごま 醤油 砂糖 ごま油	メルルーサ ハム 卵 豆腐 わかめ いりこ みそ	きゅうり なす
13 土	肉うどん 大根サラダ ★ご飯	牛乳 ビスケット	米うどん 砂糖 ごま ソフトビスケット	牛肉 いりこ わかめ ローズハム 牛乳	玉葱 人参 ねぎ だいこん きゅうり	豚肉のトマト煮 中華和え わかめスープ ★ご飯	米 油 砂糖 コーン ごま油	鶏肉 豆腐 わかめ かまぼこ いりこ	ねぎ 玉葱 しいたけ さやいんげん 人参 トマト キャベツ きゅうり チンゲンツアイ
16 火	ブルコギ ニラ玉スープ 果物 ★ご飯	牛乳 ラスク	米 ごま油 ごま でんぷん パン パター 砂糖	牛肉 みそ 卵 いりこ 牛乳	玉葱 人参 青ピーマン にんにく しょうが りんご にら ネーブル	魚の黄金焼き 五目豆 さつま汁 ★ご飯	米 小麦粉 油 砂糖 きつねいも	ホキ 鶏肉 大豆 こんが 油揚げ 鶏肉 いりこ みそ	人参 ごぼう だいこん ねぎ
17 水	高野豆腐のそぼろあんかけ 磯和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 揚げパン	米 砂糖 でんぷん ごま 焼きごま 油	高野豆腐 鶏肉 かまぼこ 焼きのり みそ いりこ 牛乳 きな粉	玉葱 人参 ぶなしめじ さやいんげん 人参 キャベツ きゅうり ごまつな えのきだけ	中華塩そば 卵スープ ★ご飯	中華めん 油 ごま油 でんぷん 米	鶏肉 さつま揚げ えび かつお節 卵 わかめ いりこ	キャベツ ピーマン もやし 玉葱 人参 チンゲンツアイ
18 木	魚のみそ照り焼き あっさり納豆 村雲汁 ★ご飯	牛乳 ヨーグルト寒	米 砂糖 でんぷん	さけのみそ 納豆 豆腐 卵 いりこ 牛乳 煮菜 ヨーグルト	しょうが もやし 人参 しらす えのき チンゲンツアイ みかん缶 バイン缶 パプリカ	親子煮 みそ汁 ★ご飯	米 じゃがいも 砂糖	鶏肉 卵 わかめ いりこ みそ	玉葱 人参 干椎茸 グリーンピース ごまつな
19 金	※誕生会※ カレーピラフ 小松菜としめじのキッシュ キャロットサラダ スープ	お茶 バナナサンデー	米 パター 砂糖 油 ウエハース	鶏肉 ベーコン 卵 牛乳 生クリーム ツナ缶 バルサミク酢 いりこ アイスクリーム	玉葱 しいたけ 人参 グリーンピース にんにく ごまつな ぶなしめじ もやし チンゲンツアイ えのき パプリカ	ハヤシチュー フレンチサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油	牛肉	にんにく 玉葱 人参 グリーンピース トマト キャベツ きゅうり
20 土	にゅう麺 じゃこじゃが ★ご飯	お茶 バウムクーヘン ヨーグルト	米 そうめん 砂糖 じゃがいも バウムクーヘン	鶏肉 油揚げ かつお節 焼酎 豆腐 チンゲンツアイ 玉葱	干し椎茸 えのきだけ ねぎ チンゲンツアイ	麻婆茄子 ナムル みそ汁 ★ご飯	米 砂糖 ごま油 油 でんぷん	豚肉 みそ 豆腐 わかめ いりこ	なす 玉葱 人参 にら さやいんげん もやし きゅうり しいたけ
22 月	わかめごはん うどん 野菜のごみそ和え 果物	牛乳 南瓜の蒸しケーキ	米うどん ごま 砂糖 小麦粉 油	わかめ 鶏肉 いりこ 竹輪 みそ 牛乳 スキムミルク	人参 干し椎茸 チンゲンツアイ キャベツ きゅうり パプリカ 皮酢 かいふち	ポークビーンズ ごぼうサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 砂糖 コーン マヨネーズ	大豆 鶏肉 かつお節 ツナ	人参 玉葱 バセリ ごぼう
24 水	やみつ子キン ごまマヨネーズ和え ワタンスープ 果物 ★ご飯	牛乳 ごまクッキー	米 砂糖 マヨネーズ ごま ワタンの皮 バター 小麦粉	鶏肉 竹輪 牛乳 きな粉 卵	にんにく キャベツ 人参 きゅうり 玉葱 えのきだけ ねぎ ネーブル	魚のみそ煮 切干大根の酢の物 汁ピーフン ★ご飯	米 砂糖 ごま ごま油 ピーフン	さけのみ 鶏肉 いりこ	しょうが 切干しいたけ こん がきゅうり 人参 玉葱 もやし ねぎ
25 木	南瓜のクリーム煮 ひじきのサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 杏仁豆腐	パン とうもろこし マカロニ 油 小麦粉 パター 砂糖 ごま	鶏肉 ベーコン スキムミルク 干し椎茸 牛乳 煮菜	かぼちゃ 玉葱 人参 さやいんげん きゅうり りんご みかん缶 バイン缶	和風スパゲティ はんぺん汁 ★ご飯	スパゲティ パター 米	ツナ缶 かつお節 のり はんぺん こんが	玉葱 しめじ えのき 人参 ごまつな
26 金	魚の竜田揚げ ツナとわかめの酢の物 みそ汁 ★ご飯	お茶 焼きおにぎり	米 でんぷん 油 ごま 砂糖 ごま油	まぶた わかめ ツナ缶 みそ 豆腐 いりこ かつお節	しょうが きゅうり 人参 玉葱 ごまつな ねぎ	チキンカレー コールスロー ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター はちみつ マヨネーズ	鶏肉 牛乳 ヨーグルト	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく キャベツ きゅうり
27 土	焼きそば 豆乳スープ ★ご飯	牛乳 ふかしもち チーズ	米 干し中華めん 油 でんぷん さつまいも	豚肉 さつま揚げ かつお節 あおのり ローズハム 豆腐 牛乳 プロセスチーズ	キャベツ もやし 人参 玉葱 ぶなしめじ ねぎ	高野豆腐のそぼろあんかけ もやしと豆腐の和え物 ★ご飯	米 油 砂糖 でんぷん ごま油	しらす干し わかめ 高野豆腐 鶏肉 牛乳	玉葱 人参 しめじ さやいんげん もやし かつお節
29 月	豚肉のカレーいため チンゲン菜と卵のスープ 果物 ★ご飯	牛乳 豆乳クレープ	米 じゃがいも 油 でんぷん 小麦粉 パター いちごジャム	豚肉 牛乳 豆腐	玉葱 青ピーマン 人参 ぶなしめじ チンゲンツアイ ネーブル	ハンバーグ いんげんのソテー かぼちゃのポタージュ ★ご飯	米 パン粉 油 パター	牛肉 鶏肉 スキムミルク ツナ	玉葱 キャベツ さやいんげん とうもろこし かぼちゃ バセリ
30 火	竹輪の磯辺揚げ キャベツとパインのサラダ はるさめスープ ★ご飯	お茶 フルーツコーンフ レーク	米 小麦粉 でんぷん 油 醤油 ごま油 コーンフレーク	竹輪 あおのり 鶏肉 牛乳	キャベツ きゅうり パイン 人参 チンゲンツアイ ぶなしめじ パプリカ みかん缶	魚のオーロラソース ごまマヨネーズ和え コーンスープ ★ご飯	米 小麦粉 油 マヨネーズ ごま コーン	しいたけ ベーコン	キャベツ 人参 きゅうり 玉葱 バセリ

※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。