



令和8年9月 給食献立表

2026年 中秋の名月は9月25日(金)です。



お月見とは、月の満ち欠けが農作業の大きな指標となっていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。平安時代に、「中秋の名月」を祝う習慣として一般的になりました。
だんごや里芋など月に見立てた丸い物と、葉先のとんがりに邪気をはらう力があるとされているススキや秋の七草をお供えます。
ご家庭でも丸い物を食卓に並べて、お月見気分を味わってみましょう。



日	曜日	昼の献立名	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)	夜の献立名	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	火	ゴーヤチャンプル ツナとわかめの酢の物 みそ汁 ★ご飯	牛乳 オレンジ寒天	米 油 ごま 砂糖	豆腐 豚肉 卵 かつお節 わかめ ツナ 厚揚げ いりこ みそ 牛乳 寒天	人参もやしにがうりなす きゅうり 玉葱 みかん缶 オレンジジュース	ポークビーンズ コールスロー ★ご飯	米 じゃがいも 砂糖 マヨネーズ	大豆 豚肩 ベーコン ヨーグルト	玉葱 人参 キャベツ きゅうり パナナ バセリ
2	水	魚のレモン焼き 切干大根の煮物 すまし汁 果物 ★ご飯	牛乳 ご飯お焼き	米 小麦粉 砂糖 油 ごま油	ホキ 油揚げ 豆腐 こんぶ かつお節 牛乳 卵	レモン 切干大根 人参 さやいんげん しめじ ねぎ ネーブル	スパゲティナポリタン コンソメスープ ★ご飯	米 スパゲティコーン 油	牛肉 ウインナー バルメザンチーズ ベーコン	玉葱 青ピーマン ぶなしめじ キャベツ えのきたけ
3	木	厚揚げのそぼろ煮 きゅうりと水菜の和え物 かき玉汁 ★ご飯	お茶 フルーツみつ豆	米 油 砂糖 ごま でんぶん あずき	厚揚げ 豚肉 卵 いりこ 寒天	さやいんげん 玉葱 人参 きゅうり サラダ菜 みずな チンゲン菜 みかん缶 パナナ もも缶	竹輪の磯辺揚げ キャベツとバインのサラダ はるさめスープ ★ご飯	米 小麦粉 でんぶん 油 春雨 ごま油	竹輪 あおのり 豚肉	キャベツ きゅうり バイン缶 人参 チンゲンツアイ ぶなしめじ
4	金	魚の南蛮漬け あつさり納豆 みそ汁 果物 ★ご飯	牛乳 チーズ焼き	米 小麦粉 油 砂糖 じゃがいも	赤魚 納豆 油揚げ いりこ みそ 牛乳 ベーコン チーズ	玉葱 人参 青ピーマン もやし しそ かぼちゃ なし バセリ	南瓜のクリーム煮 ひじきのサラダ ★ご飯	米 とうもろこし マカロニ 油 小麦粉 バター 砂糖 ごま	鶏肉 ベーコン スキムミルク 干ひじき	かぼちゃ 玉葱 人参 さやいんげん きゅうり
5	土	※夕涼み会※								
7	月	そうめん 小松菜の煮びたし ★ご飯	お茶 フルーツ コーンフレーク	米 そうめん 砂糖 油 コーンフレーク	かまぼこ 卵 こんぶ かつお節 牛乳	干し椎茸 トマト きゅうり こまつな パナナ バイン缶	ツナじゃが 中華和え みそ汁 ★ご飯	米 じゃがいも しらす 油 砂糖 ごま油	ツナ缶 卵 油揚げ みそ いりこ	玉葱 人参 ねぎ キャベツ きゅうり なす
8	火	魚のフライ 小松菜のサラダ トマトスープ 果物 ★ご飯	牛乳 ぶどう寒	米 小麦粉 バン粉 油 ごま じゃがいも 砂糖	あじ 卵 ベーコン 牛乳 寒天	こまつな もやし 人参 トマト 玉葱 バセリ なし ぶどうジュース もも缶	麻婆豆腐 ナムル わかめスープ ★ご飯	米 砂糖 ごま油 でんぶん	豆腐 豚ひき肉 みそ わかめ いりこ	玉葱 干し椎茸 人参 しょうが もやし こまつな チンゲンツアイ
9	水	鶏肉とレバーの甘煮 わかめの酢の物 中華スープ 果物 ★ご飯	牛乳 卵サンド	米 油 砂糖 ごま 油 でんぶん バン パター マヨネーズ	レバー 鶏肉 わかめ かつお節 卵 牛乳	玉葱 トマト きゅうり 人参 チンゲン菜 もやし バセリ 干し椎茸 ネーブル	焼きそば 豆乳スープ ★ご飯	米 干し中華めん 油 でんぶん	豚肉 さつま揚げ かつお節 あおのり ロースハム 豆乳	キャベツ もやし 人参 玉葱 ぶなしめじ ねぎ
10	木	雑菜 しらすあえ みそ汁 ★ご飯	牛乳 バナナケーキ	米 油 春雨 砂糖 ごま じゃがいも 小麦粉 バター	豚肉 卵 しらす干し 油揚げ みそ いりこ 牛乳 スキムミルク	キャベツ もやし 人参 干し椎茸 きゅうり 玉葱 パナナ	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	米 小麦粉 油 じゃがいも	ホキ 卵 ベーコン	バセリ 青ピーマン 玉葱 ぶなしめじ しいたけ まいたけ 人参 菜の花
11	金	がんもどき ごま和え 五目汁 ★ご飯	お茶 フルーツ ヨーグルト	米 山芋 砂糖 でんぶん 油 ごま	豆腐 卵 厚揚げ わかめ いりこ みそ ヨーグルト	人参 ごぼう きくらげ かぼちゃ グリンピース キャベツ もやし パナナ もも缶 みかん缶	ポークカレー 小松菜のサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 バター はちみつ コーン	豚肉 牛乳 ツナ缶	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく こまつな きゅうり キャベツ
12	土	焼ビーフン ニラ玉スープ ★ご飯	牛乳 バウムクーヘン チーズ	米 ビーフン 油 でんぶん バウムクーヘン	豚肉 卵 牛乳 チーズ	玉葱 キャベツ 人参 もやし しめじ 人参	厚揚げのそぼろ煮 ごぼうサラダ ★ご飯	米 油 砂糖 コーン マヨネーズ	厚揚げ 豚ひき肉 かつお節 ツナ	さやいんげん 玉葱 人参 ごぼう きゅうり
14	月	チーズミートなす 甘酢和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 栄養チヂミ	米 油 砂糖 ふ じゃがいも でんぶん	豚肉 チーズ みそ いりこ 牛乳 ベーコン 卵 しらす干し	玉葱 なす トマト ピーマン キャベツ みかん缶 人参 きゅうり こまつな	やみつきチキン こまマヨネーズ和え ワンタンスープ ★ご飯	米 砂糖 マヨネーズ ごま ワンタンの皮	鶏肉 竹輪	にんにく キャベツ 人参 しょうが 玉葱 ねぎ えのきたけ
15	火	煮魚 ハリハリなます みそ汁 果物 ★ご飯	お茶 いもかりんとう	米 砂糖 さつまいも 油	さくらひじき 油揚げ 厚揚げ わかめ いりこ みそ	切干大根 人参 きゅうり 玉葱 なし	肉うどん 大根サラダ ★ご飯	米 うどん 砂糖 ごま	牛肉 いりこ わかめ ロースハム	玉葱 人参 菜の花 だいこん きゅうり
16	水	金時豆のシチュー コールスロー 果物 ★ご飯	お茶 きのおこわ	米 じゃがいも 小麦粉 バター マヨネーズ もちコメ 油 砂糖	牛肉 いんげん 菜 鶏肉 スキムミルク ヨーグルト	玉葱 人参 キャベツ きゅうり ネーブル ごぼう しめじ さやいんげん	豚肉のカレーいため チンゲン菜と卵のスープ ★ご飯	米 じゃがいも 油 でんぶん	豚肩 卵	玉葱 青ピーマン 人参 ぶなしめじ チンゲン菜
17	木	ぎせい豆腐 酢みそ和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 チーズサンド	米 砂糖 ごま パン	豆腐 鶏肉 ひじき 卵 みそ わかめ いりこ 牛乳 チーズ	玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ きゅうり かぼちゃ えのきたけ	魚のみそ照り焼き あつさり納豆 村置汁 ★ご飯	米 砂糖 でんぶん	さくら みそ 納豆 豆腐 卵 いりこ	しょうが もやし 人参 えのきたけ チンゲンツアイ
18	金	夏野菜のカレー グリーンサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 ジャムサンド クラッカー	米 じゃがいも 油 小麦粉 バター 砂糖 はちみつ クラッカー いちごジャム	牛肉 牛乳	かぼちゃ なす 人参 玉葱 さやいんげん りんご にんにく キャベツ きゅうり ネーブル	小松菜としめじのキッシュ キャロットサラダ スープ ★ご飯	米 バター 砂糖 油	ベーコン 卵 牛乳 生クリーム ツナ缶 バルメザンチーズ いりこ	玉葱 人参 こまつな ぶなしめじ もやし チンゲンツアイ えのきたけ
19	土	和風スパゲティ きゅうりの風味漬け ★ご飯	牛乳 カステラ パナナ	米 スパゲティ パター カステラ	ツナ かつお節 のり こんぶ 牛乳	玉葱 しめじ えのきたけ きゅうり パナナ	高野豆腐のそぼろあんかけ 磯和え みそ汁 ★ご飯	米 油 砂糖 でんぶん ごま 焼きふ	高野豆腐 豚肉 かまぼこ 焼きのり みそ いりこ	玉葱 人参 ぶなしめじ しょうが きゅうり 人参 五五 干し椎茸 こまつな えのきたけ
24	木	豆腐とツナの小判焼き ひじきいため煮 みそ汁 ★ご飯	お茶 きなこはんおはぎ	米 油 バン粉 砂糖 さつまいも	豆腐 ツナ スキムミルク 卵 ひじき 油揚げ みそ いりこ きな粉	玉葱 だいこん 人参 さやいんげん えのきたけ	魚の竜田揚げ ツナとわかめの酢の物 豆乳汁 ★ご飯	米 でんぶん 油 ごま 砂糖	まさば わかめ ツナ缶 豆乳 みそ 豆腐 いりこ かつお節	しょうが きゅうり 人参 五五 干し椎茸 こまつな ねぎ
25	金	※誕生会※ 小松菜チャーハン タンドリーチキン こまマヨネーズ和え コーンスープ	お茶 フルーツパフェ	米 コーン 油 ごま マヨネーズ ウエハース	ベーコン しらす干し 鶏肉 ヨーグルト ハム アイスクリーム	こまつな 人参 キャベツ きゅうり 玉葱 バセリ パナナ もも缶	ブルコギ ニラ玉スープ ★ご飯	米 ごま油 ごま でんぶん	牛肉 みそ 卵 いりこ	玉葱 人参 青ピーマン にんにく しょうが りんご 人参
26	土	焼きそば 卵スープ ★ご飯	牛乳 丸ボーロ チーズ	米 中華めん 油 でんぶん 丸ボーロ	豚肉 さつま揚げ 卵 かつお節 黄のり わかめ こんぶ 牛乳 チーズ	キャベツ もやし 人参 玉葱	煮魚 酢みそ和え けんちん汁 ★ご飯	米 砂糖 ごま	まさば 竹輪 みそ 鶏肉 油揚げ 豆腐 いりこ	キャベツ 人参 きゅうり ごぼう こまつな
28	月	じゃがいもそぼろ煮 カミカミサラダ ワンタンスープ ★ご飯	牛乳 クレープ	米 じゃがいも 油 砂糖 コーン マヨネーズ ワンタン 小麦粉 バター いちごジャム	鶏肉 しらす干し 大豆 豚肉 竹輪 牛乳 卵	玉葱 人参 さやいんげん キャベツ きゅうり えのきたけ ねぎ	ぎせい豆腐 甘酢和え みそ汁 ★ご飯	米 砂糖 焼きふ	豆腐 鶏ひき肉 卵 干ひじき いりこ みそ	玉葱 人参 しいたけ グリンピース キャベツ みかん缶 きゅうり こまつな
29	火	魚のマッシュポテト焼き キャロットサラダ みそ汁 果物 ★ご飯	牛乳 お麴ラスク	米 じゃがいも ごま バター マヨネーズ 砂糖 ふ	メルルーサ ツナ 豆腐 いりこ みそ 牛乳	人参 玉葱 こまつな えのきたけ ネーブル	ハヤシシチュー 和風サラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 バター ごま	牛肉 鶏肉 みそ	にんにく 玉葱 人参 グリンピース トマト缶 キャベツ きゅうり
30	水	南瓜のクリーム煮 マリネサラダ 果物 ★食パン	お茶 焼きおにぎり	パン コーン マカロニ 油 小麦粉 バター 米 ごま油	鶏肉 ベーコン ハム スキムミルク かつお節	かぼちゃ 玉葱 人参 バセリ キャベツ サラダ菜 ピーマン レモン パナナ ねぎ	にゅう麺 じゃこじゃが ★ご飯	米 そうめん 砂糖 じゃがいも	鶏肉 油揚げ こんぶ かつお節 しらす干し	干し椎茸 えのきたけ 菜の花 チンゲンツアイ 玉葱

※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。