

# 9月1日～15日 給食献立表

令和6年

ふつう食・一口大食

日	曜	朝 食	昼 食	おやつ	夕 食
1	日	食パン みかんジャム 牛乳 シーチキンサラダ	米飯 松風焼き ちんげん菜オイスターソース炒め きゃべつごま酢和 きゅうり漬		米飯 さわら西京焼き 白和え 五日煮 マンゴー
2	月	貝柱雑炊 きゃべつ彩酢の物 きざみキュウリ漬け ヨーグルト	ナポリタンスパゲティ 拌三絲 黄桃缶	抹茶フリン ほうじ茶	米飯 鶏肉みぞれ煮 大徳寺なます なすびみょうがあえ しその実漬
3	火	米飯 みぞ汁 (かぼちゃ) フロッコリーの辛し和え 白菜と高菜の和み漬け	米飯 赤魚の味噌煮 変わりマヨネーズ 冷や奴 みかん缶		米飯 2種のコロッケ なすびのごまあえ ほうれんそうパーコン炒め ふりかけ
4	水	食パン りんごジャム 牛乳 ポテトサラダ	米飯 鶏の酢豚風 春雨サラダ 焼きなす マンゴー		米飯 さほ照り焼き かに風味サラダ えびと高野煮物 なすび漬
5	木	米飯 みぞ汁 (玉ねぎ) 取野菜和え物 いわしのかつお煮	えびピラフ フロッコリーごまあえ 具沢山スープ ぶどう缶	シュークリーム 紅茶	米飯 春巻き 華園あえ 大豆としらすの炒り煮 しその実漬
6	金	食パン ビーナッツクリーム 牛乳 フロッコリーサラダ	米飯 カレムニエル 干キンサラダ ほうれん草のソテー さくら漬け		米飯 豚とじゃがいも炒め物 じゃこおろし 卵とろふ みかん缶
7	土	米飯 みぞ汁 (豆腐) 白菜おかかあえ のり佃煮	しょうゆラーメン かにかまサラダ フルーツ (白桃缶)		米飯 オムレツ マカロニチーズサラダ キャベツのソテー きゅうり漬
8	日	食パン マーガリン 牛乳 大根サラダ	米飯 豚と里芋の煮物 白菜のソテー カリフラワーの梅肉和え しじみ布		米飯 鯖味噌煮 かぼちゃとじほろ ひじき煮物 ぶどう缶
9	月	芋粥 ほうれん草しらす和え しその実漬 ヨーグルト	米飯 赤魚の煮付け 高野卵とじ 具沢山みぞ汁 りんご	栗ようかん 玄米茶	米飯 マーボ茄子 中華サラダ さつまいも甘煮 野菜漬
10	火	米飯 みぞ汁 (玉ねぎ) 温泉たまご しその実漬	米飯 鶏肉のくわ焼き 酢の物 豚大根炒め 青菜漬		米飯 カレイの照り焼き シーフードサラダ 大豆煮物 みかん缶
11	水	食パン いちごジャム 牛乳 きゃべつのサラダ	ポークカレー 五色なます マンゴー		米飯 ぶりの照り焼き 筑前煮 法蓮草白和え あみえび佃煮
12	木	米飯 みぞ汁 (じゃがいも) 揚げなすの煮浸し ふりかけ	天ぷらうどん いかサラダ フルーツヨーグルト	きなこおかし 緑茶	米飯 鶏ミンチのしそ包み焼き フロッコリーごまマヨネーズ 白菜と豚の煮物 きゅうり漬
13	金	食パン りんごジャム 牛乳 ロースハムのマリネ	赤飯 鯛の塩焼き 炊き合わせ 菊花和え 吸い物松茸		米飯 焼き餃子 ナムル なすび薄あげ煮 白菜漬
14	土	米飯 みぞ汁 (ふ) ほうれん草しらす和え しその実漬	小山型パン クリームシチュー 和風サラダ 黄桃缶		米飯 かきあげ 菊菜の白和え キャベツ漬
15	日	菓子パン おいものクリームパン 牛乳 マカロニサラダ	米飯 八宝菜 ミモザサラダ さつまいも甘煮 きゅうり漬		米飯 さわら西京焼き ねぼねぼ野菜 切り干し大根の煮物 マンゴー

☆ 平均給食栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
1455 kcal	57.2 g	35.9 g	468 mg	7.9 mg	488 μg	0.66 mg	0.62 mg	71 mg

# 9月1日～15日 給食献立表

令和6年

5分菜食

日	曜	朝食	昼食	おやつ	夕食
1	日	食パン みかんジャム 牛乳 きゅうりのサラダ	全粥 松風焼き ちんげん菜オイスターソース炒め きゃべつごま酢和 たいみぞ		全粥 さわら西京焼き 白和え 五目煮 すりおろしマンゴー
2	月	貝柱雑炊 カリフラワー和え物 ヨーグルト	ナポリタンスパゲティ 拌三絲 エネルギーゼリー	抹茶フリン ほうじ茶	全粥 鶏肉みぞれ煮 大徳寺なます なすびみょうがあえ たいみぞ
3	火	全粥 みぞ汁 (かぼちゃ) フロッコリーの辛し和え のり佃煮	全粥 赤魚の味噌煮 変わりマヨネーズ 冷や奴 すりおろしフルーツ		全粥 コロッケ なすびのごまあえ ほうれんそうベーコン炒め 明太子ソース
4	水	食パン りんごジャム 牛乳 カリフラワーのサラダ	全粥 鶏の酢豚風 春雨サラダ 焼きなす マンゴー		全粥 さば照り焼き かに風味サラダ えびと高野煮物 明太子ソース
5	木	全粥 みぞ汁 (玉ねぎ) 大根和え物 のり佃煮	全粥 えびの卵とじ フロッコリーごまあえ 具沢山スープ すりおろしフルーツ	シュークリーム 紅茶	全粥 チャプチェ 摩風あえ 大豆としらすの炒り煮 明太子ソース
6	金	食パン ピーナッツクリーム 牛乳 フロッコリーサラダ	全粥 カレーニエール チキンサラダ ほうれん草のソテー たいみぞ		全粥 豚とじゃがいも炒め物 じゃこおろし 卵とろふ たいみぞ
7	土	全粥 みぞ汁 (豆腐) 白菜おかかあえ のり佃煮	しょうゆラーメン かにかきサラダ すりおろしフルーツ		全粥 オムレツ マカロニチーズサラダ キャベツのソテー たいみぞ
8	日	食パン マーガリン 牛乳 大根サラダ	全粥 豚と里芋の煮物 白菜のソテー カリフラワーの梅肉和え たいみぞ		全粥 鯖味噌煮 かぼちゃとじほろ ひじき煮物 すりおろしフルーツ
9	月	芋粥 ほうれん草しらす和え ヨーグルト	全粥 赤魚の煮付け 高野卵とじ 具沢山みぞ汁 すりおろしフルーツ	栗ようかん 玄米茶	全粥 マーボ茄子 中華サラダ さつまいも甘煮 たいみぞ
10	火	全粥 みぞ汁 (玉ねぎ) 温泉たまご のり佃煮	全粥 鶏肉のくわ焼き 酢の物 豚大根炒め うにソース		全粥 カレイの照り焼き シーフードサラダ 大豆煮物 すりおろしフルーツ
11	水	食パン いちごジャム 牛乳 きゃべつのサラダ	ポークカレー 五色なます すりおろしフルーツ		全粥 ぶりの照り焼き 筑前煮 法蓮草白和え あみえび佃煮
12	木	全粥 みぞ汁 (じゃがいも) 揚げなすの煮浸し のり佃煮	天ぷらうどん いかサラダ ヨーグルト	きなこおかき 緑茶	全粥 鶏ミンチのしそ包み焼き フロッコリーごまマヨネーズ 白菜と豚の煮物 梅ソース
13	金	食パン りんごジャム 牛乳 サラダ	赤飯 鯛の塩焼き 炊き合わせ 菊花和え 吸い物松茸		全粥 焼き餃子 ナムル なすび薄あげ煮 たいみぞ
14	土	全粥 みぞ汁 (ふ) ほうれん草和え物 のり佃煮	小山型パン クリームシチュー 和風サラダ すりおろしフルーツ		全粥 かきあげ 菊菜の白和え たいみぞ
15	日	菓子パン おいものクリームパン 牛乳 きゅうりサラダ	全粥 八宝菜 ミモザサラダ さつまいも甘煮 たいみぞ		全粥 さわら西京焼き ねぼねぼ野菜 切り干し大根の煮物 マンゴー

☆ 平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
1197 kcal	50.2 g	34.1 g	409 mg	6.8 mg	439 μg	0.57 mg	0.55 mg	63 mg

# 9月1日～15日 給食献立表

令和6年

五ヶサ一食

日 曜	朝 食	昼 食	おやつ	夕 食
1 日	全粥 ヨーグルト きゅうりのサラダ のり佃煮	全粥 松風焼き ちんげん菜オイスターソース炒め きゃべつ和えもの		全粥 さば味噌煮 白和え アイソカルゼリー
2 月	全粥 カリフラワー和え物 のり佃煮 ヨーグルト	ナポリタン 全粥 拌三絲 エンジョイカツゼリー	抹茶フリン ほうじ茶	全粥 鶏肉みぞれ煮 大徳寺なます アップルヨーグルト
3 火	全粥 みぞ汁 (かぼちゃ) フロッコリーの辛し和え のり佃煮	全粥 赤魚の味噌煮 変わりマヨネース 冷や奴		全粥 コロケ なすびのごまあえ ほうれんどうベーコン炒め
4 水	全粥 ヨーグルト カリフラワーのサラダ のり佃煮	全粥 鶏の酢豚風 春雨サラダ アップルヨーグルト		全粥 さばの生姜煮 エンジョイゼリー えびと高野煮物
5 木	全粥 みぞ汁 (玉ねぎ) 大根和え物 のり佃煮	全粥 えびの卵とじ フロッコリーごまあえ 具沢山スープ	フリン 紅茶	全粥 チャプチェ 華園あえ 大豆としらすの炒り煮
6 金	全粥 ヨーグルト フロッコリーサラダ のり佃煮	全粥 カレームニエル 千辛サラダ ほうれん草のソテー		全粥 豚とじゃがいも炒め物 じゃこおろし 卵とろふ
7 土	全粥 みぞ汁 (豆腐) 白菜おかかあえ のり佃煮	全粥 豆腐の田楽 かにかまサラダ アップルヨーグルト		全粥 オムレツ マカロニサラダ キャベツのソテー
8 日	全粥 ヨーグルト 大根サラダ のり佃煮	全粥 豚と里芋の煮物 白菜のソテー カリフラワーの梅肉和え		全粥 さば味噌煮 かぼちゃとじぼろ アイソカルゼリー
9 月	全粥 ほうれん草しらす和え のり佃煮 ヨーグルト	全粥 赤魚の煮付け 高野卵とじ 具沢山みぞ汁	栗ようかん 玄米茶	全粥 マーボ茄子 中華サラダ エンジョイカツゼリー
10 火	全粥 みぞ汁 (玉ねぎ) 卵とろふ のり佃煮	全粥 鶏肉のくわ焼き 和え物 豚大根炒め		全粥 カレイの照り焼き シーフードサラダ エンジョイカツゼリー
11 水	全粥 ヨーグルト きゃべつのサラダ のり佃煮	ポークカレー 五色なます すいおろしフルーツ 全粥		全粥 赤魚煮物 筑前煮 法蓮草白和え
12 木	全粥 みぞ汁 (じゃがいも) じゃこおろし のり佃煮	全粥 豆腐おろし煮 いかサラダ ヨーグルト	きなこムース 緑茶	全粥 鶏ミンチのしほ焼き フロッコリーごまマヨネース 白菜と豚の煮物
13 金	全粥 ヨーグルト サラダ のり佃煮	全粥 鯛の塩焼き 炊き合わせ 吸い物松茸		全粥 焼き餃子 ナムル なすび薄あげ煮
14 土	全粥 みぞ汁 (ふ) ほうれん草和え物 のり佃煮	パン粥 クリームシチュー 和風サラダ すいおろしフルーツ		全粥 かきあげ 菊菜の白和え エンジョイカツゼリー
15 日	全粥 ヨーグルト きゅうりサラダ のり佃煮	全粥 八宝菜 ミモザサラダ アップルヨーグルト		全粥 さば味噌煮 きゃべつお浸し 切り干し大根の煮物

☆平均給与栄養量☆

エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
1130 Kcal	51.0 g	50.7 g	468 mg	9.7 mg	409 µg	0.64 mg	0.63 mg	69 mg