



日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	ごはん 豚汁 高野豆腐のひき肉あんかけ 切干大根のツナサラダ	お茶 わかめおにぎり	ぶた肉・みそ・凍り豆腐・鶏ひき肉・ツナ缶	米・さといも・赤こんにやく・ごま油・砂糖・片栗粉・マヨドレ	はくさい・ごぼう・しいたけ・たまねぎ・えだまめ・しょうが・切干しだいこん・にんじん・きゅうり・炊き込みわかめ
2 火	ごはん 厚揚げの味噌汁 筑前煮 オクラの和え物	牛乳(午後) コーン蒸しパン	生揚げ・みそ・鶏肉・牛乳・豆乳	米・板こんにやく・砂糖・ホットケーキミックス・油・マヨドレ	たまねぎ・まいたけ・青ねぎ・だいこん・れんこん・にんじん・オクラ・キャベツ・えのきたけ・塩昆布・コーン
3 水	ごはん きのこのすまし汁 さばの味噌煮 ひじきとごぼうのサラダ	牛乳(午後) ベーコンいもち	かまぼこ・さば・みそ・牛乳・ベーコン	米・砂糖・マヨドレ・じゃがいも・片栗粉	しめじ・えのきたけ・はくさい・しょうが・ひじき・えだまめ・にんじん・ごぼう
4 木	ビビンバ丼 わかめスープ しらたきの中華和え 梨	牛乳(午後) スティックパン	ぶたひき肉・ハム・牛乳	米・油・砂糖・ごま油・しろごま・しらたき・スティックパン	長ねぎ・しょうが・にんにく・もやし・ほうれんそう・にんじん・わかめ・だいこん・コーン・キャベツ・きゅうり・なし
5 金	ごはん 大根の豆乳味噌汁 鶏肉の和風あんかけ さつまいもサラダ	お茶 おからドーナツ *完了期:蒸しパン	豆乳・みそ・鶏肉・おから・きな粉	米・片栗粉・油・砂糖・さつまいも・マヨドレ・ホットケーキミックス	だいこん・キャベツ・たまねぎ・えのきたけ・グリーンピース・しょうが・えだまめ・レーズン
6 土	お弁当	お茶 おやつ			
8 月	ごはん ビーフンスープ 豚肉の生姜焼き ひじきサラダ	牛乳(午後) カラメル大豆	ぶた肉・ツナ缶・牛乳・大豆	米・ビーフン・油・砂糖・さつまいも・片栗粉	はくさい・にんじん・わかめ・たまねぎ・キャベツ・赤パプリカ・しょうが・ひじき・きゅうり・コーン
9 火	栗ご飯 なすの味噌汁 鶏の塩こうじ焼き 和風ポテトサラダ	牛乳(午後) ミルクパン	油揚げ・みそ・鶏肉・ハム・削り節・牛乳 	米・くり・くろごま・塩こうじ・じゃがいも・マヨドレ・ミルクパン	なす・長ねぎ・えだまめ 
10 水	ごはん 小松菜のスープ 鮭の唐揚げトマトねぎだれ 白菜の昆布和え	牛乳(午後) かぼちゃ茶巾	大豆・さけ・牛乳・豆乳	米・片栗粉・油・砂糖・ごま油・しらたき・さつまいも	こまつな・たまねぎ・トマト・青ねぎ・トマトケチャップ・にんにく・しょうが・はくさい・にんじん・塩昆布・かぼちゃ・レーズン
11 木	ごはん 豆腐の味噌汁 肉じゃが キャベツのゴマドレサラダ	牛乳(午後) 焼きそば	豆腐・みそ・牛肉・牛乳・ぶた肉・削り節	米・じゃがいも・赤こんにやく・油・砂糖・中華めん・ごま油	しめじ・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・さやいんげん・キャベツ・きゅうり・コーン・あおのり
12 金	食パン トマトスープ 照り焼きハンバーグ 焼きチーズかぼちゃ	お茶 とりそばろおにぎり	大豆・牛ひき肉・ぶたひき肉・豆腐・チーズ・鶏ひき肉	食パン・片栗粉・砂糖・油・米	トマト・たまねぎ・ほうれんそう・かぼちゃ・こまつな・にんじん
13 土	お弁当	お茶 おやつ			
15 月	敬老の日				
16 火	ごはん 玉ねぎのスープ やみつきチキン ジャーマンポテト	牛乳(午後) さつまいものバター焼き	鶏肉・ベーコン・牛乳	米・マヨドレ・砂糖・じゃがいも・さつまいも・無塩バター	たまねぎ・はくさい・コーン・トマトケチャップ・にんにく

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

未満児	エネルギー	蛋白質	脂肪	以上児	エネルギー	蛋白質	脂肪
	477 Kcal	21.4 g	16.6 g		564 Kcal	24.8 g	17.4 g

☆献立を変更する場合がございます。

☆食肉製品・かまぼこ・ちくわ・中華麺・ロールパン・食パン・マヨネーズ・ごまドレ・生クリーム・てんぷら粉は卵不用品を取り入れています。

☆未満児・完了期午前おやつ: (月) 牛乳,ビスケット (火) 牛乳,ビスコ (水) 牛乳,せんべい (木) 牛乳,クラッカー (金) 牛乳,ウエハース (土) 牛乳,せんべい

☆離乳食完了期の牛乳は喫食状況により提供します。 ☆離乳食完了期のりんご・梨・柿はコンポートにして提供します。 ☆下線は市販菓子です。



日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17 水	ごはん まいたけの味噌汁 さわらのバターしょうゆ焼き キャベツのおかか和え	牛乳(午後) バームクーヘン	凍り豆腐・みそ・さわら・かまぼこ・削り節・牛乳	米・薄力粉・無塩バター・バームクーヘン	まいたけ・こまつな・キャベツ・きゅうり
18 木	かきまわし(とりめし) くず煮 煮味噌 キャベツとコーンの和え物	牛乳(午後) 鬼まんじゅう	鶏肉・油揚げ・豆腐・ぶた肉・赤みそ・牛乳・豆乳	米・砂糖・片栗粉・さといも・板こんにやく・さつまいも・ホットケーキミックス・油	ごぼう・とうがん・しいたけ・わかめ・だいこん・にんじん・キャベツ・コーン・きゅうり
19 金	カレーうどん じゃがいもとブロッコリーのソテー ブルーベリーゼリー(鉄)	牛乳(午後) メロンパン風トースト	ぶた肉・油揚げ・ちくわ・牛乳	うどん・じゃがいも・油・ブルーベリーゼリー・食パン・薄力粉・無塩バター・砂糖	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ブロッコリー
20 土	お弁当	お茶 おやつ			
22 月	ハヤシライス 大豆のころころサラダ りんご	牛乳(午後) 麩のラスク	牛肉・大豆・牛乳	米・油・じゃがいも・マヨドレ・焼きふ・無塩バター・グラニュー糖	たまねぎ・マッシュルーム・トマトケチャップ・きゅうり・にんじん・コーン・りんご
23 火	秋分の日				
24 水	ごはん 里芋の味噌汁 鶏肉の甘酢あんかけ 切干大根とツナのサラダ	牛乳(午後) 野菜カステラ	油揚げ・みそ・鶏肉・ツナ缶・牛乳	米・さといも・片栗粉・油・砂糖・しごま・ごま油・カステラ	たまねぎ・切干しだいこん・きゅうり・塩昆布
25 木	黒糖ロールパン 豆乳スープ たらとのトマトソースかけ マカロニサラダ	牛乳(午後) きなこおはぎ *完了期: きなこおにぎり	豆乳・たら・ウインナー・牛乳・つぶあん・きな粉	黒糖ロールパン・薄力粉・油・砂糖・マカロニ・マヨドレ・米 	キャベツ・ほうれんそう・にんじん・ホールトマト・たまねぎ・トマトケチャップ・きゅうり
26 金	ごはん じゃがいもの味噌汁 トンカツ ブロッコリーのごま和え	お茶 バナナケーキ *完了期: ホイップなし	みそ・ぶた肉・かにかまぼこ・牛乳・鶏卵	米・じゃがいも・焼きふ・薄力粉・パン粉・油・しごま・砂糖・ホットケーキミックス・無塩バター・ホイップクリーム	こまつな・トマトケチャップ・ブロッコリー・キャベツ・バナナ
27 土	お弁当	お茶 おやつ			
29 月	ごはん 大根のスープ 鶏肉のチーズピカタ ビーフンサラダ	牛乳(午後) きなこマフィン	鶏肉・チーズ・鶏卵・ハム・牛乳・きな粉	米・薄力粉・ビーフン・マヨドレ・ホットケーキミックス・無塩バター・砂糖	だいこん・たまねぎ・コーン・トマトケチャップ・きゅうり・にんじん
30 火	ごはん 小松菜の味噌汁 豚肉の甘辛炒め ブロッコリーのサラダ	牛乳(午後) 豆乳プリンタルト *完了期: <u>ビスケット</u>	みそ・ぶた肉・牛乳	米・赤こんにやく・砂糖・油・お米de国産豆乳プリンタルト(卵乳小麦不使用)	こまつな・にんじん・キャベツ・しょうが・ごぼう・たまねぎ・青ピーマン・ブロッコリー・もやし

給食だより

朝夕は過ごしやすくなってきましたが日中はまだ暑い日が多く、夏の疲れが出やすくなる頃です。引き続き熱中症に気をつけ、栄養と休養をしっかりとって元気に過ごしましょう。

〈重陽の節句・秋のお彼岸〉

9月9日は五節句の1つ、重陽(ちょうよう)の節句です。秋に旬を迎える栗や茄子を使った行事食と、邪気を払う力を持つとされる菊の花で秋の収穫を祝います。秋のお彼岸は秋分の日を中心にした7日間です。萩の花に見立て粒あんを使って作られるおはぎを食べる習慣があります。

〈9月18日 食育の日 愛知県の料理〉

かきまわしは混ぜご飯のことで、具を煮てから炊いたご飯に入れてかき混ぜることからこの名前が付いたと言われています。

くず煮は葛粉を使ってとろみをつけた煮物のことで、愛知県の家庭料理です。給食では片栗粉で代用します。

煮味噌は様々な具材を味噌で煮返しながら作る料理です。愛知県の食で欠かせない豆味噌(赤味噌)を使用します。

キャベツの生産量は愛知県が日本一です。

鬼まんじゅうはさつまいもと小麦粉で作られた愛知県の郷土料理で、米が貴重な時代に主食として広まりました。さつまいもの角切りが鬼の角や金棒を連想させることからこの名前が付いたと言われています。



日 曜	昼食	おやつ		赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他:調味料等
		午前	午後				
1 月	軟飯 白菜のスープ 玉ねぎのそぼろ煮 人参ときゅうりのやわらか煮	ビスケット ハイハイ		鶏ひき肉	ビスケット・米・ハイハイ	はくさい・たまねぎ・にんじん・きゅうり	かつお・こんぶだし
2 火	軟飯 玉ねぎのスープ ささみと大根の煮物 キャベツと人参のやわらか煮	ウエハース 蒸しパン		若鶏ささ身・豆乳	ウエハース・米・ホット ケーキミックス・砂糖・油	たまねぎ・だいこん・ キャベツ・にんじん	かつお・こんぶだし
3 水	軟飯 白菜のスープ 煮魚(さけ) 人参スティック	ハイハイ 蒸しじゃがいも		さけ	ハイハイ・米・じゃがい も	はくさい・にんじん	かつお・こんぶだし
4 木	軟飯 鶏そぼろ丼(軟飯) 大根のスープ キャベツときゅうりのやわらか煮 梨のコンポート	ビスケット ハイハイ		鶏ひき肉	ビスケット・米・片栗粉・ ハイハイ	ほうれんそう・だいこ ん・キャベツ・きゅう り・なし	かつお・こんぶだし
5 金	軟飯 キャベツのスープ ささみと玉ねぎの煮物 蒸しさつまいも	ウエハース 蒸しパン		若鶏ささ身・豆乳	ウエハース・米・さつまい も・ホットケーキミッ ク・砂糖・油	キャベツ・たまねぎ・だ いこん	かつお・こんぶだし
6 土	お弁当	ウエハース ハイハイ			ウエハース・ハイハイ		
8 月	軟飯 キャベツのスープ ささみと白菜の煮物 きゅうりと人参のやわらか煮	ビスケット 蒸しさつまいも		若鶏ささ身	ビスケット・米・さつまい も	キャベツ・はくさい・に んじん・きゅうり	かつお・こんぶだし
9 火	軟飯 なすのスープ ささみの煮物 じゃがいもの煮物	ウエハース ロールパン		若鶏ささ身	ウエハース・米・じゃがい も・ロールパン	なす	かつお・こんぶだし
10 水	軟飯 小松菜のスープ 鮭と玉ねぎの煮物 白菜と人参のやわらか煮	ハイハイ かぼちゃ茶巾		さけ・豆乳	ハイハイ・米・さつまい も・砂糖	こまつな・たまねぎ・は くさい・にんじん・かぼ ちゃ	かつお・こんぶだし
11 木	軟飯 豆腐のスープ じゃがいものそぼろ煮 野菜スティック	ビスケット ハイハイ		豆腐・鶏ひき肉	ビスケット・米・じゃがい も・ハイハイ	ほうれんそう・キャベ ツ・にんじん・きゅうり	かつお・こんぶだし
12 金	食パン トマトと豆腐のスープ 玉ねぎとほうれん草のそぼろ煮 蒸しかぼちゃ	ウエハース おにぎり(軟飯)		豆腐・鶏ひき肉	ウエハース・食パン・米	トマト・たまねぎ・ほう れんそう・かぼちゃ	かつお・こんぶだし
13 土	お弁当	ウエハース ハイハイ			ウエハース・ハイハイ		
15 月	敬老の日						
16 火	軟飯 玉ねぎのスープ ささみと白菜の煮物 じゃがいもの煮物	ウエハース 蒸しさつまいも		若鶏ささ身	ウエハース・米・じゃがい も・さつまいも	たまねぎ・はくさい	かつお・こんぶだし
17 水	軟飯 小松菜のスープ 煮魚(たら) キャベツときゅうりのやわらか煮	ハイハイ ウエハース		たら	ハイハイ・米・ウエハー ス	こまつな・キャベツ・ きゅうり	かつお・こんぶだし
18 木	軟飯 とうがんのスープ 豆腐とキャベツの煮物 野菜スティック	ウエハース さつまいも蒸しパン		豆腐・豆乳	ウエハース・米・さつまい も・ホットケーキミッ ク・砂糖・油	とうがん・キャベツ・だ いこん・にんじん	かつお・こんぶだし
19 金	煮込みうどん ブロッコリーと玉ねぎの煮物 蒸しじゃがいも	ビスケット 食パン		若鶏ささ身	ビスケット・ゆでうどん・ じゃがいも・食パン	にんじん・ブロッコ リー・たまねぎ	かつお・こんぶだし
20 土	お弁当	ウエハース ハイハイ			ウエハース・ハイハイ		
22 月	軟飯 じゃがいものスープ ささみときゅうりの煮物 りんごのコンポート	ビスケット ハイハイ		若鶏ささ身	ビスケット・米・じゃがい も・ハイハイ	きゅうり・たまねぎ・り んご	かつお・こんぶだし
23 火	秋分の日						
24 水	軟飯 玉ねぎのスープ ささみの煮物 きゅうりのやわらか煮	ハイハイ ビスケット		若鶏ささ身	ハイハイ・米・ビスケッ ト	たまねぎ・きゅうり	かつお・こんぶだし
25 木	ロールパン キャベツのスープ たらと人参の煮物 玉ねぎとほうれん草のやわらか煮	ビスケット きなこおにぎり(軟飯)		たら・きな粉	ビスケット・ロールパン・ 米・砂糖	キャベツ・にんじん・た まねぎ・ほうれんそう	かつお・こんぶだし
26 金	軟飯 ブロッコリーのスープ ささみとキャベツの煮物 蒸しじゃがいも	ウエハース バナナ		若鶏ささ身	ウエハース・米・じゃがい も	ブロッコリー・キャベ ツ・こまつな・バナナ	かつお・こんぶだし
27 土	お弁当	ウエハース ハイハイ			ウエハース・ハイハイ		
29 月	軟飯 玉ねぎのスープ 大根のそぼろ煮 野菜スティック	ビスケット きなこ蒸しパン		鶏ひき肉・きな粉・ 牛乳	ビスケット・米・ホット ケーキミックス・油・砂糖	たまねぎ・だいこん・ きゅうり・にんじん	かつお・こんぶだし
30 火	軟飯 人参のスープ ささみとブロッコリーの煮物 キャベツと玉ねぎのやわらか煮	ウエハース ビスケット		若鶏ささ身	ウエハース・米・ビスケッ ト	にんじん・ブロッコ リー・キャベツ・たまね ぎ	かつお・こんぶだし

☆献立を変更する場合がございます。

☆上記は後期食の献立です。おやつは後期食から提供いたします。

☆離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えさせていただきます。

☆中期食の主食は、軟飯⇒おかゆ、ロールパン・食パン⇒パン粥(食パン)になります。