

9月 給食献立表



キッズピーパル給食室

曜日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6
行事予定						
昼食	ごはん さばの竜田揚げ 小松菜の和え物 たまねぎの味噌汁 みかんゼリー	ごはん ヤンニョムチキン 海藻サラダ 卵スープ 果物	三色丼 ゆかり和え あおさの味噌汁 イチゴゼリー	ごはん スタミナ炒め おかか和え ワンタンスープ 果物	キーマカレー コーンサラダ トマトスープ フルーツポンチ	ネギ塩豚丼 わかめのすまし汁 果物
おやつ	牛乳 パン耳ラスク	麦茶 フライドポテト	牛乳 胡麻パン	麦茶 スノーボール	牛乳 プリンマフィン	
日	8	9	10	11	12	13
行事予定						
昼食	ごはん タラのチーズ焼き 青菜とちくわの和え物 具沢山味噌汁 果物	ごはん 肉豆腐 レンコンきんぴら 青菜のすまし汁 果物	野菜味噌ラーメン わかめ和え マスカットゼリー	ごはん チンジャオロース もやしのナムル 青梗菜スープ 果物	ごはん 塩から揚げ キャベツサラダ 玉ねぎスープ 果物	きつねうどん フルーツヨーグルト
おやつ	牛乳 イチゴパイ	麦茶 ヨーグルト	牛乳 スイートポテト	麦茶 バナナクッキー	牛乳 チーズトースト	
日	15	16	17	18	19	20
行事予定						
昼食	敬老の日	ごはん 鰯のカレー焼き カツノリサラダ 豆腐のスープ 果物	焼鳥丼 カニ風味サラダ エノキのすまし汁 オレンジゼリー	ごはん チャブチェ ブロッコリーの中華和え もやしスープ 果物	ごはん 鶏のトマト煮 マカロニサラダ 大根スープ 果物	チャーハン 中華スープ 果物
おやつ		麦茶 焼きおにぎり	牛乳 パン耳かりんとう	麦茶 バタークッキー	牛乳 にんじんケーキ	
日	22	23	24	25	26	27
行事予定					お誕生会	
昼食	ごはん 鰯の胡麻マヨ焼き ひじき煮 けんちん汁 果物	秋分の日	麻婆豆腐丼 粉ふき芋 小松菜スープ ピーチゼリー	ごま塩ごはん タンドリーチキン 春雨サラダ キャベツスープ 果物	ナポリタン きらきらサラダ コンソメスープ ブドウゼリー	ウインナー丼 じゃがいも味噌汁 果物
おやつ	牛乳 ミニクロワッサン		牛乳 マーマレードロール	麦茶 スティックパイ	牛乳 キャラメルお麩ラスク	
日	29	30				
行事予定						
昼食	ごはん メンチカツ じゃこサラダ 豆腐のスープ 果物	ごはん 親子煮 大根きんぴら あおさの味噌汁 果物				
おやつ	牛乳 ピザトースト	麦茶 ヨーグルト				



☆仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。

月平均栄養価	
エネルギー	315
たんぱく質	13.2
脂質	5.9
塩分	1.2