

令和6年 9月

こんだてよていひょう

日	曜日	午前のおやつ (乳児)	副 食(乳幼児)	3時のおやつ (乳幼児)	赤 血や肉や骨になるもの	黄 熱や力になるもの	緑 体の調子をととのえるもの	
2	月	豆乳	鶏と大根の五目煮 中華きゅうり 味噌汁 キウイフルーツ	牛乳 フライドポテト	牛乳 鶏肉 厚揚げ 油揚げ 豆乳	精白米 ジャガ芋	大根 人参 小松菜 わかめ エリンギ キウイフルーツ きゅうり	
3	火	牛乳	ナポリタン コールスローサラダ 野菜ジュース パナナ	麦茶 焼きおにぎり	牛乳 豚挽肉	スパゲティ 精白米	玉ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり コーン缶 パナナ 野菜ジュース	
4	水	(食育) いちごオレ	ビーフシチュー チップサラダ クロレラ 梨	牛乳 人参パウンドケーキ	いちごオレ 豚肉 クロレラ サラミソーセージ 牛乳 卵	精白米 ジャガ芋 小麦粉 バター アーモンド粉	玉ねぎ 人参 きゅうり マッシュルーム缶 レタス 人参 栗	
5	木	牛乳	鮭のムニエル さつまいもときゅうりの合わせ にら玉スープ 桃缶	カルピス ミニシュークリーム	牛乳 鮭 卵 カルピス	精白米 バター さつまい	きゅうり にら 玉ねぎ 桃缶	
6	金	オレンジ ジュース	じゃが芋ベーコン炒め 春雨サラダ 味噌汁 グレープフルーツ	牛乳 クリームパン	ベーコン 春雨 ハム 豆腐 牛乳	精白米 クリームパン じゃが芋	玉ねぎ ビーマン きゅうり コーン缶 なめこ 長ねぎ オレンジジュース 人参 グレープフルーツ	
7	土	野菜 ジュース	ポークカレー 麦茶 パナナ	クロレラアップル ハーベスト	豚肉 クロレラアップル	精白米 ジャガ芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ	
9	月	牛乳	鶏の唐揚げ 五目ナムル 味噌汁 ぶどう	ヨーグルト和え	牛乳 鶏肉 ハム 油揚げ ヨーグルト	精白米	ほうれん草 もやし きゅうり 人参 大根 わかめ ぶどう 黄桃缶 パイン缶 みかん缶 マンゴー缶 チェリー缶	
10	火	のむ ヨーグルト	焼きうどん きゅうりとかぶの塩もみ りんごジュース パナナ	牛乳 スティックパン	のむヨーグルト 豚肉 牛乳 なると のむヨーグルト	うどん パン	白菜 人参 長ねぎ パナナ きゅうり りんごジュース かぶ	
11	水	(誕生会) 牛乳	お魚バーグ 大根サラダ コーンスープ メロン	プリン生クリーム添え	牛乳 さば缶 豆腐 ハム 卵 生クリーム プリン	精白米 パン粉	玉ねぎ ぱせり きゅうり 大根 コーン缶 メロン	
12	木	ぶどう ジュース	ツナポテトサラダ しらす入り納豆 ウィンナー 味噌汁 グレープフルーツ	牛乳 ちんすこう	シーチキン なると 納豆 ウィンナー しらす干し 牛乳	精白米 ジャガ芋 小麦粉	ぶどうジュース コーン缶 人参 きゅうり キャベツ わかめ グレープフルーツ	
13	金	牛乳	栄養すいとん たくあんときゅうりのごま和え アンパンマンパンキン オレンジ わかめご飯	梨 ビスケット	牛乳 鶏肉 油揚げ なると	精白米 小麦粉 ごま	人参 エリンギ ほうれん草 たくあん きゅうり かぼちゃ オレンジ 梨	
14	土	野菜 ジュース	クリームシチュー 麦茶 パナナ	クロレラ せんべい	豚肉 クロレラ	精白米 ジャガ芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ	
16	月	敬老の日						
17	火	(十五夜) マミー	けんちん汁 松風焼き ゆでブロックリー みかん	牛乳 かぼちゃまんじゅう	豚挽肉 豆腐 卵 マミー 牛乳	精白米 蒸しパンミックス 里芋	大根 ごぼう 人参 長ねぎ こんにゃく ブロッコリー みかん かぼちゃ	
18	水	牛乳	魚の味噌煮 きゅうりとウインナーのごま酢和え すまし汁 ぶどう	豆乳 パナナ	牛乳 かじき鮓 ウインナー はんぺん 豆乳	精白米 ごま	きゅうり もやし チンゲン菜 わかめ ぶどう パナナ	
19	木	パイン ジュース	冷し中華 野菜の即席漬 クロレラアップル キウイフルーツ	のむヨーグルト クリームチーズマフィン	牛乳 ハム クロレラアップル なると のむヨーグルト 卵 クリームチーズ	中華麺 小麦粉 バター	きゅうり ミトマト キャベツ 人参 キウイフルーツ パインジュース	
20	金	牛乳	すき焼き風煮 しゅうまい 味噌汁 梨	アイス ウエハース	豚肉 厚揚げ なると アイス しゅうまい 牛乳	精白米 ジャガ芋	長ねぎ 白菜 人参 白滝 玉ねぎ わかめ 梨	
21	土	野菜 ジュース	ハヤシライス 麦茶 パナナ	クロレラアップル ハーベスト	豚肉 クロレラアップル	精白米 ジャガ芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参	
23	月	秋分の日 振替休日						
24	火	アップル ジュース	冷しためき ほうれん草のごま和え クロレラ パナナ	牛乳 揚げパン	牛乳 なると ハム	うどん 揚げ玉バターロール ごま	きゅうり みかん缶 パナナ アップルジュース ほうれん草	
25	水	牛乳	チキンカレー マカロニサラダ 福神漬 野菜ジュース 桃缶	いちごオレ パームクーヘン	鶏肉 ハム いちごオレ 牛乳	精白米 ジャガ芋 マカロニ	玉ねぎ 人参 きゅうり 桃缶 野菜ジュース 福神漬	
26	木	牛乳	吉野煮 きゅうりとパインの酢の物 味噌汁 オレンジ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 鶏肉 豆腐	精白米	ごぼう エリンギ きゅうり 人参 パイン缶 わかめ オレンジ	
27	金	牛乳	てりまヨチキン イタリアンサラダ かまぼこスープ グレープフルーツ	カルピス だんご(ハーベスト)	牛乳 鶏肉 ベーコン かまぼこ カルピス	精白米 だんご	レタス きゅうり ラディッシュ 長ねぎ グレープフルーツ わかめ	
28	土	野菜 ジュース	ビーフシチュー 麦茶 パナナ	クロレラ せんべい	豚肉 クロレラ	精白米 ジャガ芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ	
30	月	のむ ヨーグルト	かぼちゃのグラタン ひじきのツナ和えサラダ キャベツスープ ぶどう	牛乳 野菜ドロップクッキー	のむヨーグルト シーチキン 鶏肉 なると 牛乳 卵	精白米 ホットケーキミックス バター	かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 マッシュルーム缶 ひじき 人参 レタス ぶどう キャベツ もやし きくらげ	