

🍌 予定献立表(通園) 🍌 令和8年9月分

実施日	献立名		材 料 名			栄養価 (区分3・おやつ除く)	おやつ
	主食	副食	熱や力になる	体を作る	体の調子を整える		
1 火		鶏肉のマーマレード焼き 茹いんげん かぼちゃと玉ねぎの煮物 かぶとかぶ葉のスープ くだもの(バナナ)、ココア牛乳	米、砂糖、片栗粉	牛乳、鶏もも肉	かぼちゃ、かぶ、バナナ、冷凍いんげん、たまねぎ、かぶ葉、マーマレード	エネルギー 315 たんぱく質 15.3 カルシウム 122 食物繊維 4.7 食塩 1.4	ももゼリー
2 水		ごはん(備蓄) 肉じゃが(備蓄) キャベツとブロッコリーのサラダ 里芋とほうれん草の味噌汁 くだもの(備蓄りんご)	里芋、油、米	牛乳、鶏もも肉	キャベツ、りんご、ブロッコリー、ほうれん草	エネルギー 287 たんぱく質 9.6 カルシウム 97 食物繊維 4.6 食塩 1.7	ホットケーキ
3 木		ごはん マーボーナス 春雨サラダ 大根とほうれん草のスープ くだもの(白桃缶) 牛乳	米、はるさめ、砂糖、ごま油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、米みそ	なす、だいこん、もも缶、にんじん、チンゲンサイ、ほうれん草、ねぎ、きゅうり、グリーンピース、にんにく	エネルギー 295 たんぱく質 10.1 カルシウム 117 食物繊維 3.2 食塩 1.3	とろける杏仁豆腐
4 金		ごはん 肉団子スープ煮 キャベツいんげんのソテー なすとチンゲン菜のスープ くだもの(みかん) 牛乳	米、はるさめ、片栗粉、油	牛乳、豚ひき肉、卵、バター	なす、キャベツ、みかん缶、はくさい、にんじん、たまねぎ、いんげん、チンゲンサイ、しょうが	エネルギー 322 たんぱく質 13.5 カルシウム 127 食物繊維 3.9 食塩 1.3	おかき
7 月		ゆかりごはん いんげんとブロッコリーのごま和え ほうれん草と麩のすまし汁 くだもの(りんご) ヨーグルト	米、砂糖、焼ふ、すりごま、片栗粉	ヨーグルト、卵	りんご、ブロッコリー、いんげん、ほうれん草、にんじん	エネルギー 328 たんぱく質 14.4 カルシウム 127 食物繊維 4.0 食塩 1.3	ミルクココアプリン
8 火		ごはん コロッケ なすのそぼろあんかけ じゃがいもとチンゲンサイのスープ くだもの(みかん) 牛乳	じゃがいも、米、小麦粉、砂糖、油、パン粉、片栗粉、ごま油	牛乳、卵、豚ひき肉	みかん缶、なす、トマト缶、チンゲンサイ、たまねぎ、かぼちゃ	エネルギー 348 たんぱく質 11.7 カルシウム 95 食物繊維 7.3 食塩 0.9	かぼちゃ蒸しパン
9 水		さつまいもごはん 揚げ豆腐のそぼろあんかけ ほうれん草白菜海苔和え なすと万能ねぎの味噌汁 くだもの(梨)、牛乳 ぶどうゼリー	米、さつまいも、油、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、米みそ、かつお節	なす、はくさい、なも、ほうれん草、にんじん、ねぎ、万能ねぎ、いんげん、焼きのり	エネルギー 344 たんぱく質 15.0 カルシウム 162 食物繊維 4.3 食塩 1.5	パンナコッタ
10 木		ごはん チキンのコンマヨネーズ焼き にんじん甘煮 ツナサラダ(キャベツ・きゅうり)フレンド 冬瓜と万能ねぎのスープ くだもの(バナナ)、ココア牛乳	米、小麦粉、砂糖、じゃがいも、マヨネーズ、油、片栗粉	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、粉チーズ	キャベツ、とうがん、バナナ、にんじん、クリームコーン缶、万能ねぎ、きゅうり	エネルギー 363 たんぱく質 16.7 カルシウム 121 食物繊維 3.2 食塩 1.2	ココア蒸しパン
11 金		ごはん 鰯のムニエルカレーソース いんげんとブロッコリーのサラダ じゃがいもと小松菜のスープ くだもの(黄桃缶) 牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、油	牛乳、たら、バター	いんげん、ブロッコリー、もも缶、にんじん、たまねぎ、こまつな	エネルギー 345 たんぱく質 16.2 カルシウム 123 食物繊維 7.4 食塩 1.3	ももゼリー
14 月		中華丼 白菜とほうれん草のナムル ズッキーニと青梗菜のスープ くだもの(みかん) 牛乳	米、油、ごま油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉	はくさい、ズッキーニ、ほうれん草、にんじん、チンゲンサイ	エネルギー 261 たんぱく質 9.8 カルシウム 125 食物繊維 2.4 食塩 1.2	りんご蒸しパン

※献立表は、3量で記載しています。1量は-60kcal、2量は-30kcalが提供量の目安量です。
※都合により、献立を変更することがあります。どうぞご了承ください。

🍌 城南分園

実施日	献立名		材 料 名			栄養価 (区分3・おやつ除く)	おやつ
	主食	副食	熱や力になる	体を作る	体の調子を整える		
15 火		ツナカレー キャベツとみかんのサラダ 里芋と小松菜のスープ くだもの(白桃缶) 牛乳	米、里芋、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖	牛乳、ツナ油漬缶、生クリーム、バター、粉チーズ	キャベツ、もも缶、たまねぎ、にんじん、みかん缶、こまつな、きゅうり	エネルギー 349 たんぱく質 10.0 カルシウム 126 食物繊維 5.0 食塩 1.4	おかき
16 水		ごはん 豆腐ハンバーグ和風ソース ゆでブロッコリー 切り干し大根煮つけ なすと白菜の味噌汁 くだもの(バナナ)、牛乳	米、片栗粉、砂糖、パン粉	牛乳、冷凍豆腐、鶏ひき肉、油揚げ、卵、米みそ	なす、バナナ、ブロッコリー、たまねぎ、はくさい、にんじん、切り干しだいこん	エネルギー 339 たんぱく質 15.6 カルシウム 168 食物繊維 3.4 食塩 1.5	ミルク餅
17 木		食パン マーマレードジャム キャベツいんげんのソテー ズッキーニと小松菜のスープ くだもの(りんご) 牛乳	食パン、マカロニ、砂糖、油、パン粉	牛乳、鶏ひき肉、バター、粉チーズ	ズッキーニ、りんご、キャベツ、いんげん、マーマレード、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、グリーンピース	エネルギー 331 たんぱく質 14.1 カルシウム 177 食物繊維 6.0 食塩 1.6	ミルクゼリー(ジャム)
18 金		ごはん 五目卵焼き ほうれん草と白菜のお浸し なすと万能ねぎの味噌汁 くだもの(キウイ) ヨーグルト	米、砂糖、油、片栗粉	ヨーグルト、卵、米みそ、鶏ひき肉、かつお節	なす、ゴールデンキウイ、はくさい、ほうれん草、万能ねぎ、いんげん、にんじん、たまねぎ、しいたけ	エネルギー 329 たんぱく質 13.9 カルシウム 145 食物繊維 3.1 食塩 1.4	ババロア
24 木		ごはん とりの照り焼き 茹いんげん かぼちゃブロッコリーのごまマヨネーズ 里芋と麩の味噌汁 くだもの(みかん)、牛乳	里芋、米、焼ふ、マヨネーズ、すりごま、片栗粉、砂糖	牛乳、米みそ	みかん缶、かぼちゃ、ブロッコリー、いんげん	エネルギー 348 たんぱく質 18.4 カルシウム 115 食物繊維 4.0 食塩 1.3	ぶどうゼリー
25 金		ごはん ポークビーンズ キャベツとトマトのサラダ 大根と小松菜のスープ くだもの(バナナ) 牛乳	米、小麦粉、油、砂糖	牛乳、豚肉、大豆水煮缶、生クリーム、バター	だいこん、キャベツ、バナナ、たまねぎ、にんじん、トマト、こまつな、グリーンピース	エネルギー 337 たんぱく質 13.4 カルシウム 133 食物繊維 3.7 食塩 1.3	おかき
28 月		卵とじうどん 松風焼き 人参キャベツのゆかり和え くだもの(白桃缶) 牛乳	干しうどん、油、片栗粉	牛乳、鶏ひき肉、卵、米みそ	キャベツ、もも缶、たまねぎ、ほうれん草、にんじん	エネルギー 331 たんぱく質 16.4 カルシウム 118 食物繊維 2.8 食塩 1.3	とろける杏仁豆腐
29 火		人参ごはん さわらのごま味噌焼き マッシュポテト キャベツとブロッコリーのサラダ 小松菜と麩のすまし汁 くだもの(りんご)、ヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、すりごま、油、焼ふ、片栗粉	ヨーグルト、牛乳、さわら、バター、米みそ	キャベツ、りんご、冷凍ブロッコリー、にんじん、こまつな	エネルギー 363 たんぱく質 16.1 カルシウム 165 食物繊維 4.2 食塩 1.5	プリン
30 水		ごはん チキンカツ キャベツとトマトのサラダ 冬瓜と万能ねぎのすまし汁 くだもの(黄桃缶) 牛乳	米、油、小麦粉、パン粉、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、卵、バター	とうがん、キャベツ、もも缶、トマト缶詰、トマト、万能ねぎ	エネルギー 323 たんぱく質 14.5 カルシウム 105.0 食物繊維 2.1 食塩 1.1	バウンドケーキ(ジャム)

※9/2(火)の献立は、食形態が「なめらかペースト」の場合のみ主菜が「豚肉のやわらか煮」となります。

【お知らせ】エッグフリーマヨネーズへの変更について
 このたび、施設で使用するマヨネーズを「エッグフリーマヨネーズ(卵不使用)」へ変更いたしました。
 これに伴い、給食を提供する全ての方(これまで未加熱のマヨネーズを除去していた方および卵アレルギーを理由にマヨネーズを除去していた方も含む)につきまして、今後はエッグフリーマヨネーズを使用した献立で提供いたします。なお、個別のアレルギー対応やご不安な点がございましたら、ご相談ください。