



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	牛乳	3	牛乳	4	牛乳	5	牛乳	6	牛乳	7	
昼食	御飯（麦入り）、肉豆腐、きゅうりとちくわの生姜酢和え、味噌汁、梨		豚肉と茄子の味噌炒め丼、もやしと人参の和え物、味噌汁、デラウェア		貝だくさんにゆうめん、ゴーヤのかき揚げ、ミニトマト、バナナ		御飯、鮭の南蛮漬け、小松菜とコーンの和え物、味噌汁、梨		食パン（いちごジャム）、チキンマーレード焼き、ビーンズサラダ、スープ、デラウェア		角切りなすの味噌そぼろ丼、ひじきと大豆のマヨサラダ、貝だくさん汁、バナナ	
午後	牛乳、マカロニきな粉		牛乳、あんホットケーキ		牛乳、セサミトースト		牛乳、お好み焼き		牛乳、鮭と枝豆のおにぎり		麦茶、ビスケット	
午前	9	牛乳	10	牛乳	11	牛乳	12	牛乳	13	牛乳	14	
昼食	御飯（麦入り）、里芋と厚揚げの煮物、ごま酢和え、味噌汁、梨		御飯、レバーのかりん揚げ、切干大根の炒め煮、味噌汁、オレンジ		ミートソーススパゲティ、グリーンサラダ、フライドポテト、スープ、バナナ		御飯、鯖の味噌煮、ブロッコリーとトマトのマヨ和え、すまし汁、梨		ロールパン、豆乳マカロニグラタン、きのこほうれん草のソテー、スープ、オレンジ		鯖の味噌焼き丼、コロコロポテトサラダ、すまし汁、バナナ	
午後	牛乳、かぼちゃ蒸しパン		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、マヨコーントースト		牛乳、スコーン		牛乳、カルシウムおにぎり		麦茶、揚げせんべい	
午前	16		17	牛乳	18	牛乳	19	牛乳	20	牛乳	21	
昼食	敬老の日 		☆十五夜メニュー☆ さつまいも御飯、鶏肉と大根の煮物、ひじきと厚揚げの煮物、きのこたっぷり味噌汁、梨		☆秋まつりメニュー☆ 焼きそば、じゃがバター、たたききゅうり、バナナ		御飯、秋刀魚のごま焼き、小松菜の煮浸し、味噌汁、梨		食パン（ブルーベリージャム）、豚肉のケチャップ炒め、コーンサラダ、シチュー、オレンジ		鶏五目御飯、ほうれん草のごま和え、味噌汁、バナナ	
午後			牛乳、みたらし団子風お焼き		牛乳、たい焼き		牛乳、人参カップケーキ		牛乳、わかめ御飯		麦茶、キャラメルコーン	
午前	23		24	牛乳	25	牛乳	26	牛乳	27	牛乳	28	
昼食	振替休日 		☆世界の料理～韓国～☆ ブルコギ風丼、豆腐のチョレギ風サラダ、スープ、オレンジ		野菜たっぷりラーメン、焼き餃子、里芋の味噌煮、バナナ		☆誕生会メニュー☆ お赤飯、チーズハンバーグ、千切りサラダ、味噌汁、フルーツ杏仁		ロールパン、ポークビーンズ、昆布サラダ、スープ、オレンジ		ビビンバ丼、きゃべつの塩昆布和え、スープ、バナナ	
午後			牛乳、さつまいものパウンドケーキ		牛乳、黒糖ラスク		牛乳、ドーナツ		牛乳、里芋ごはん		麦茶、かっぱえびせん	
午前	30	牛乳										
昼食	御飯（麦入り）、肉じゃが、きゅうりの昆布漬け、味噌汁、梨											
午後	牛乳、チョココーンフレーク											

※献立は材料により変更になる場合があります。

食べ物の美味しい季節がやってきました。秋の味覚と言えばサンマ・栗・松茸・ぶどう・梨・新米とたくさんの食材が私たちを楽しませてくれます。秋は食欲もぐんとアップします！好き嫌いを無くす良い機会でもあるので、秋の食材に触れ興味を持ってもらえるような給食提供をしていきます😊

	エネルギー	タンパク	脂質	カルシウム	鉄	A	B1	B2	C	繊維	食塩
	kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
3才以上児	555	22.1	18.8	307	2.5	433	0.35	0.5	26	4.2	2
目標量	530	21.2	14.7	230	2.2	179	0.29	0.33	17	4.2	1.7
充足率(%)	105	104	128	133	114	242	121	152	153	100	118
3才未満児	464	18.5	16	274	2	357	0.29	0.45	21	3.3	1.6
目標量	514	20.4	14.4	221	2.1	172	0.28	0.32	17	4.1	1.6
充足率(%)	90	91	111	124	95	208	104	141	124	80	100



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	牛乳	3	牛乳	4	牛乳	5	牛乳	6	牛乳	7	
昼食	御飯（麦入り）、肉豆腐、きゅうりとちくわの生姜酢和え、味噌汁、梨		豚肉と茄子の味噌炒め丼、もやしと人参の和え物、味噌汁、デラウェア		具だくさんにゅうめん、ゴーヤのかき揚げ、ミニトマト、バナナ		御飯、鮭の南蛮漬け、小松菜とコーンの和え物、味噌汁、梨		食パン（いちごジャム）、チキンマーレード焼き、ビーンズサラダ、スープ、デラウェア		角切りなすの甘味噌そぼろ丼、ひじきと大豆のマヨサラダ、具だくさん汁、バナナ	
午後	牛乳、マカロニきな粉		牛乳、あんホットケーキ		牛乳、セサミトースト		牛乳、お好み焼き		牛乳、鮭と枝豆のおにぎり		麦茶、ビスケット	
午前	9	牛乳	10	牛乳	11	牛乳	12	牛乳	13	牛乳	14	
昼食	御飯（麦入り）、里芋と厚揚げの煮物、ごま酢和え、味噌汁、梨		御飯、レバーのかりん揚げ、切干大根の炒め煮、味噌汁、オレンジ		ミートソーススパゲティ、グリーンサラダ、フライドポテト、スープ、バナナ		御飯、鯖の味噌煮、ブロッコリーとトマトのマヨ和え、すまし汁、梨		すこやかロール、豆乳マカロニグラタン、きのこほうれん草のソテー、スープ、オレンジ		鯖の味噌焼き丼、コロコロポテトサラダ、すまし汁、バナナ	
午後	牛乳、かぼちゃ蒸しパン		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、マヨコーントースト		牛乳、スコーン		牛乳、カルシウムおにぎり		麦茶、揚げせんべい	
午前	16		17	牛乳	18	牛乳	19	牛乳	20	牛乳	21	
昼食	敬老の日 		☆十五夜メニュー☆ さつまいも御飯、鶏肉と大根の煮物、ひじきと厚揚げの煮物、きのこたっぷり味噌汁、梨		☆秋まつりメニュー☆ 焼きそば、じゃがバター、たたききゅうり、バナナ		御飯、秋刀魚のごま焼き、小松菜の煮浸し、味噌汁、梨		食パン（ブルーベリージャム）、豚肉のケチャップ炒め、コーンサラダ、シチュー、オレンジ		鶏五目御飯、ほうれん草のごま和え、味噌汁、バナナ	
午後			牛乳、みたらし団子風お焼き		牛乳、たい焼き		牛乳、人参カップケーキ		牛乳、わかめ御飯		麦茶、キャラメルコーン	
午前	23		24	牛乳	25	牛乳	26	牛乳	27	牛乳	28	
昼食	振替休日 		☆世界の料理～韓国～☆ ブルコギ風丼、豆腐のチョレギ風サラダ、スープ、オレンジ		野菜たっぷりラーメン、焼き餃子、里芋の甘味噌煮、バナナ		☆誕生会メニュー☆ お赤飯、チーズハンバーグ、千切りサラダ、味噌汁、フルーツ杏仁		すこやかロール、ポークビーンズ、昆布サラダ、スープ、オレンジ		ビビンバ丼、きゃべつの塩昆布和え、スープ、バナナ	
午後			牛乳、さつまいものパウンドケーキ		牛乳、黒糖ラスク		牛乳、ドーナツ		牛乳、里芋ごはん		麦茶、かっぱえびせん	
午前	30	牛乳										
昼食	御飯（麦入り）、肉じゃが、きゅうりの昆布漬け、味噌汁、梨											
午後	牛乳、チョココーンフレーク											

※献立は材料により変更になる場合があります。

食べ物の美味しい季節がやってきました。秋の味覚と言えばサンマ・栗・松茸・ぶどう・梨・新米とたくさんの食材が私たちを楽しませてくれます。秋は食欲もぐんとアップします！好き嫌いを無くす良い機会でもあるので、秋の食材に触れ興味を持ってもらえるような給食提供をしていきます😊

	エネルギー	タンパク	脂質	カルシウム	鉄	A	B1	B2	C	繊維	食塩
	kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
3才以上児	555	22.1	18.8	307	2.5	433	0.35	0.5	26	4.2	2
目標量	530	21.2	14.7	230	2.2	179	0.29	0.33	17	4.2	1.7
充足率(%)	105	104	128	133	114	242	121	152	153	100	118
3才未満児	464	18.5	16	274	2	357	0.29	0.45	21	3.3	1.6
目標量	514	20.4	14.4	221	2.1	172	0.28	0.32	17	4.1	1.6
充足率(%)	90	91	111	124	95	208	104	141	124	80	100