

令和 8 年



9月 給食献立表

株式会社りぼん

| 日  | 曜 | AMおやつ                         | 昼食                                                                | PM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  | 火 | リンゴジュース<br>(延長)<br>お茶<br>クッキー | 非常食給食                                                             | お茶<br>菜飯おにぎり     |                                         | ・米・いりごま                                      | リンゴジュース・菜飯の素                                                              |
| 2  | 水 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>サブレ       | ご飯<br>鮭のサクサク焼き<br>大豆入りサラダ<br>かぼちゃの味噌汁                             | 牛乳<br>あんトースト     | 牛乳・さけ・大豆水煮缶<br>詰・麦みそ・こしあん               | ・米・マヨドレ・パン粉・<br>油・食パン・有塩マーガリン                | キャベツ・きゅうり・にんじ<br>ん・くりかぼちゃ・たまねぎ・<br>しめじ                                    |
| 3  | 木 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ハイ菓子      | ご飯<br>鶏のごま照り焼き<br>大根の中華和え<br>かき玉汁                                 | 牛乳<br>マシュマロサンド   | 牛乳・若鶏もも・鶏卵                              | 米・砂糖・油・いりごま・こ<br>ま油・片栗粉・マシュマロ・<br>リッツ        | だいこん・コーン・きゅうり・<br>にんじん・キャベツ・たまねぎ                                          |
| 4  | 金 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ビスケット     | 焼きそば<br>アスパラサラダ<br>梨                                              | お茶<br>こま昆布おにぎり   | 牛乳・ぶたばら・かつお<br>節・ツナ缶                    | ・中華めん・油・マヨドレ・<br>米・いりごま                      | たまねぎ・キャベツ・にんじ<br>ん・あおのり・アスパラガス・<br>きゅうり・にんじん・なし・塩<br>昆布                   |
| 5  | 土 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ウエハース     | 豚肉チャーハン<br>ほうれん草のナムル<br>大根の中華スープ                                  | 牛乳<br>ウエハース      | 牛乳・ぶたもも(皮脂<br>無)・生揚げ                    | 米・ごま油・いりごま・鉄+<br>コラーゲンウエハース(ココ<br>ア          | たまねぎ・青ねぎ・にんじん・<br>ほうれんそう・だいずもやし・<br>にんじん・コーン・だいこん・<br>にら                  |
| 7  | 月 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>せんべい      | 麦ご飯<br>鶏肉の黄金焼き<br>ブロッコリーソテー<br>じゃが芋のすまし汁                          | 牛乳<br>ココアシュガーパイ  | 牛乳・鶏もも・麦みそ・<br>ウインナーソーセージ・<br>油揚げ       | ・米・押麦・マヨドレ・砂<br>糖・油・じゃがいも・パイ<br>皮・グラニュー糖     | ゆでブロッコリー・たまねぎ・<br>にんじん・チンゲンサイ                                             |
| 8  | 火 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>クッキー      | ご飯<br>さばのみりん漬け<br>ひじきのサラダ<br>はんぺんのすまし汁                            | 牛乳<br>きなこマカロニ    | 牛乳・さば・まぐろ水煮<br>缶詰・はんぺん・きな粉              | ・米・砂糖・油・マカロニ・<br>スパゲティ                       | おろししょうが・乾ひじき・<br>キャベツ・きゅうり・くりかぼ<br>ちゃ・生しいたけ                               |
| 9  | 水 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ハイ菓子      | ふりかけごはん<br>ミートローフ<br>ブロッコリーとじゃが芋のサラダ<br>コンソープ<br>スタミン<br>★誕生会メニュー | お茶<br>プリンアラモード   | 牛乳・牛ひき肉・ぶたひ<br>き肉・鶏卵・豆乳・スタ<br>ミン        | ご飯・パン粉・油・じゃがい<br>も・マヨドレ・プリン・ホ<br>イップクリーム     | たまねぎ・ミックスベジタ<br>ブル・トマトケチャップ・ゆでフ<br>ロッキー・にんじん・コーン<br>缶詰クリーム・バナナ            |
| 10 | 木 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ハイ菓子      | ご飯<br>カレーのバター醤油かけ<br>中華風サラダ<br>チンゲン菜スープ                           | 牛乳<br>オレンジケーキ    | 牛乳・まがれい・若鶏む<br>ね(皮なし)                   | 米・薄力粉・無塩バター・砂<br>糖・ごま油・いりごま・ホッ<br>トケーキミックス・油 | りょくとうもやし・きゅうり・<br>にんじん・チンゲンサイ・長ね<br>ぎ・黄パプリカ・オレンジ<br>ジュース                  |
| 11 | 金 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ビスケット     | 食パン<br>ハーベキューチキン<br>マセドアンサラダ<br>キャベツのスープ                          | お茶<br>ツナおにぎり     | 牛乳・若鶏もも・ウイン<br>ナーソーセージ・まぐろ<br>水煮缶詰      | ・食パン・砂糖・じゃがい<br>も・マヨドレ・米                     | しょうが・たまねぎ・トマトケ<br>チャップ・きゅうり・にんじ<br>ん・コーン・キャベツ・しめじ                         |
| 12 | 土 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>クッキー      | 焼肉丼<br>ブロッコリーの黒ごまサラダ<br>豆腐とえのきのスープ                                | 牛乳<br>ビスケット      | 牛乳・ぶた肉・絹ごし豆<br>腐                        | 米・ごま油・砂糖・いりご<br>ま・チョイスビスケット                  | たまねぎ・赤ピーマン・青ピー<br>マン・ブロッコリー・にんじ<br>ん・えのきたけ・青ねぎ                            |
| 14 | 月 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>せんべい      | ご飯<br>れんごんのつくね焼き<br>小松菜の納豆和え<br>なすの味噌汁                            | 牛乳<br>きな粉クリームサンド | 牛乳・ぶたひき肉・納<br>豆・かつお節・油揚げ・<br>麦みそ・きな粉・豆乳 | ・米・ごま油・片栗粉・砂<br>糖・食パン                        | にんじん・れんこん・ごまつ<br>な・りょくとうもやし・なす・<br>たまねぎ                                   |
| 15 | 火 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>クッキー      | じゃじゃ麺<br>梅ドレッシングサラダ<br>フルーツヨーグルト                                  | お茶<br>鮭おにぎり      | 牛乳・ぶたひき肉・プ<br>レーンヨーグルト                  | ・ゆでうどん・ごま油・砂<br>糖・片栗粉・油・米                    | たまねぎ・にんじん・乾しいた<br>け・キャベツ・きゅうり・にん<br>じん・コーン・梅干し調味漬・<br>みかん缶詰・パインアップル缶<br>詰 |

| 区分   | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) | 脂 肪<br>(g) | カルシウム<br>(mg) | 鉄<br>(mg) | ビタミンA<br>(レチノール当量:<br>RE)(μg) | ビタミンB<br>1<br>(mg) | ビタミンB<br>2<br>(mg) | ビタミンC<br>(mg) | 食物繊維<br>(g) | 食塩相当<br>量<br>(g) |
|------|-----------------|--------------|------------|---------------|-----------|-------------------------------|--------------------|--------------------|---------------|-------------|------------------|
| 1.2歳 | 453             | 18           | 17         | 248           | 1.8       | 153                           | 0.25               | 0.35               | 20            | 3.3         | 1.3              |
| 3歳以上 | 510             | 21           | 18         | 232           | 2.4       | 169                           | 0.3                | 0.36               | 25            | 4.1         | 1.5              |

令和 8年



9月 給食献立表

株式会社りぼん

| 日  | 曜 | AMおやつ                     | 昼食                                                 | PM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                                                                                    |
|----|---|---------------------------|----------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16 | 水 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>サブレ   | ご飯<br>さわらの煮つけ<br>大根サラダ<br>オクラのすまし汁                 | お茶<br>アイスクリーム  | 牛乳・さわら・ちくわ・<br>絹ごし豆腐・アイスク<br>リーム     | ・米・三温糖・ウエハース                                             | だいこん・きゅうり・にんじ<br>ん・ゆでオクラ・たまねぎ                                                                 |
| 17 | 木 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>サブレ   | ご飯<br>具入り卵焼き<br>ほうれん草のごま和え<br>さつまいもの味噌汁            | 牛乳<br>カルピス蒸しパン | 牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・<br>麦みそ                   | ・米・砂糖・ごま・さつまい<br>も・ホットケーキミックス・<br>カルピス                   | たまねぎ・にんじん・乾しいた<br>け・ほうれんそう・にんじん・<br>カットわかめ                                                    |
| 18 | 金 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ビスケット | 夏野菜と鶏肉のドライカレー<br>かみかみサラダ<br>フルーツゼリー<br><br>★口育メニュー | 牛乳<br>しらすピザパン  | 牛乳・鶏もも・牛ひき<br>肉・ふたひき肉・チー<br>ズ・しらす干し  | ・米・油・ごま・砂糖・ごま<br>油・ゼリー・食パン                               | たまねぎ・にんじん・なす・青<br>ピーマン・トマトピューレ・こ<br>ぼろ・きゅうり・ゆでブロッコ<br>リー・トマトケチャップ                             |
| 19 | 土 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>クッキー  | 豚そぼろ丼<br>春雨サラダ<br>里芋の味噌汁                           | 牛乳<br>せんべい     | 牛乳・ぶたひき肉・かに<br>かまぼこ・麦みそ              | 米・油・砂糖・はるさめ・ご<br>ま油・さといも・釜焼きふ・<br>おにぎりせんべい               | たまねぎ・にんじん・ゆでさや<br>いんげん・きゅうり・カットわ<br>かめ                                                        |
| 24 | 木 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>パイ菓子  | トマトとツナのスバゲティー<br>アスパラとわかめのマリネ<br>豆乳スープ             | お茶<br>やみつきおにぎり | 牛乳・まぐろ水煮缶詰・<br>ベーコン・豆乳               | マカロニ・スバゲティ・油・<br>砂糖・米・てんかす                               | たまねぎ・マッシュルーム水煮<br>缶・コーン・トマトピューレ・<br>トマトケチャップ・アスパラガ<br>ス・キャベツ・カットわかめ・<br>くりかぼちゃ・ほうれんそう・<br>青のり |
| 25 | 金 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>ビスケット | ご飯<br>あじの蒲焼<br>ちくわサラダ<br>小松菜のスープ                   | 牛乳<br>つさぎさんケーキ | 牛乳・あじ・ちくわ・鶏<br>むね・豆乳                 | ・米・片栗粉・油・砂糖・<br>ホットケーキミックス・無塩<br>バター・粉糖・ビスケット            | ゆでブロッコリー・にんじん・<br>こまつな・だいこん                                                                   |
| 26 | 土 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>クッキー  | 焼きうどん<br>かぼちゃの煮物<br>わかめスープ                         | 牛乳<br>クッキー     | 牛乳・ぶたばら                              | ゆでうどん・油・砂糖・いり<br>ごま・ムーンライトクッキー                           | たまねぎ・キャベツ・にんじ<br>ん・青のり・くりかぼちゃ・<br>カットわかめ・もやし                                                  |
| 28 | 月 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>せんべい  | ご飯<br>鶏のから揚げ<br>ピーマンサラダ<br>白菜スープ                   | 牛乳<br>大芋芋      | 牛乳・若鶏もも・ロース<br>ハム                    | ・米・片栗粉・油・ビーフ<br>ン・マヨドレ・じゃがいも・<br>さつまいも・なたね油・三温<br>糖・いりごま | きゅうり・にんじん・はくさ<br>い・コーン                                                                        |
| 29 | 火 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>クッキー  | 親子丼<br>切干大根の甘酢和え<br>チンゲン菜のすまし汁                     | お茶<br>みかんフルーチェ | 牛乳・若鶏もも皮なし・<br>鶏卵                    | ・米・砂糖・ごま油・花魁・<br>フルーチェ                                   | たまねぎ・生しいたけ・青ね<br>ぎ・切干しだいこん・にんじ<br>ん・きゅうり・チンゲンサイ・<br>みかん缶詰                                     |
| 30 | 水 | 牛乳<br>(延長)<br>お茶<br>サブレ   | ロールパン<br>タラのトマトソースかけ<br>コールスローサラダ<br>ポトフ風スープ       | お茶<br>ぎつねおにぎり  | 牛乳・たら・まぐろ水煮<br>缶詰・ウインナーソー<br>セージ・油揚げ | ・ロールパン・マヨドレ・砂<br>糖・じゃがいも・米                               | たまねぎ・ホールトマト・キャ<br>ベツ・コーン・セロリー                                                                 |