

令和6年
(2024年)

9月給食予定献立表

はーとらいふ保育園

日	曜	献立名	おやつ	おもな食品と体内でのはたらき			エネルギー
				血や肉、骨となるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	
				赤の食品	緑の食品	黄の食品	
2	月	ご飯 豚肉の生姜焼き 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	オレンジ	豚肉 豆腐	玉葱 人参 いんげん 椎茸 絹さや しょうが	米 サラダ油 片栗粉	357 Kcal
3	火	カレーライス マカロニサラダ コンソメスープ	せんべい	豚肉	玉葱 人参 胡瓜 コーン しょうが キャベツ	米 マカロニ じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ	431 Kcal
4	水	ジャージャー麺 南瓜サラダ 中華汁	バナナ	豚肉 豆腐	玉葱 筍 椎茸 南瓜 胡瓜 ねぎ	麺 サラダ油 グラニュー糖 ごま油 マヨネーズ	363 Kcal
5	木	ご飯 赤魚の照り煮 野菜炒め みそ汁	ちんすこう	赤魚 ハム	小松菜 玉葱 ピーマン 人参	米 グラニュー糖 サラダ油	316 Kcal
6	金	ご飯 肉みそ豆腐 さつま芋のレモン煮 すまし汁	オレンジ	豚肉 豆腐	玉葱 長葱 ほうれん草 人参 しょうが にんにく	米 さつま芋 サラダ油 ごま油 グラニュー糖 片栗粉	371 Kcal
7	土	ご飯 ミートボールケチャップ煮 スパゲッティサラダ コンソメ汁	はちやぐみ棒	豚肉 チーズ	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム 胡瓜 コーン	米 麺 片栗粉 マヨネーズ	420 Kcal
9	月	ご飯 焼肉 春雨マヨネーズ みそ汁	せんべい	豚肉 卵	玉葱 キャベツ 人参 胡瓜 しょうが にんにく	米 春雨 サラダ油 ごま油 マヨネーズ	376 Kcal
10	火	ご飯 鯖の照焼き アスパラソテー すまし汁	バナナ	鯖 ウインナー	アスパラ ヤングコーン 人参	米 グラニュー糖 サラダ油	308 Kcal
11	水	和風きのこスパゲッティ しゅうまい 中華汁	ビスケット	豚肉 ベーコン 豆腐	玉葱 椎茸 マッシュルーム しめじ えのき ねぎ ごま のり	麺 オリーブ油 サラダ油	403 Kcal
12	木	ご飯 酢鶏 そうめんチャンプルー みそ汁	りんごゼリー	鶏肉 ツナ	玉葱 筍 椎茸 人参 ピーマン ニラ	米 麺 サラダ油 ごま油 グラニュー糖 片栗粉 大豆油	421 Kcal
13	金	ご飯 豚肉と野菜の味噌炒め 南瓜の煮物 すまし汁	オレンジ	豚肉	キャベツ 玉葱 人参 椎茸 アスパラガス 南瓜	米 ごま油 サラダ油 グラニュー糖	331 Kcal
14	土	ご飯 豆腐チャンプルー ふろふき大根 すまし汁	ぼたぼた焼き	豚肉 豆腐	キャベツ 玉葱 人参 大根 ゆず	米 サラダ油 グラニュー糖	335 Kcal
17	火	カレーライス ツナサラダ コンソメ汁	クラッカー	豚肉 ツナ	玉葱 人参 胡瓜 パセリ わかめ えのき	米 じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ	467 Kcal
18	水	沖縄そば 三枚肉煮つけ 竹輪と玉葱磯辺焼き	オレンジ	豚肉 竹輪	玉葱 ねぎ のり	麺 グラニュー糖 大豆油 天ぷら粉	376 Kcal
19	木	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 里芋煮物 みそ汁	ちんすこう	鶏肉 チーズ	人参 パセリ ねぎ	米 パン粉 里芋 グラニュー糖	307 Kcal
20	金	ご飯 ハンバーグ ブロッコリー胡麻ドレ和え みそ汁	せんべい	鶏肉	ブロッコリー 玉葱 コーン 人参	米 サラダ油 グラニュー糖 片栗粉	351 Kcal
24	火	ご飯 白身魚のポテトチーズ焼き そうめんチャンプルー みそ汁	クラッカー	鱈 チーズ ツナ	玉葱 パセリ 椎茸 人参 ニラ	米 麺 じゃが芋 サラダ油	373 Kcal
25	水	ご飯 タンドリーチキン ひじきの炒め煮 みそ汁	バナナ	鶏肉 大豆 油揚げ	ひじき 人参 いんげん	米 グラニュー糖 サラダ油	324 Kcal
26	木	けんちんうどん お好み焼き風 卵サラダ	ビスケット	豚肉 豆腐 卵	大根 人参 ごぼう ねぎ 玉葱 もずく胡瓜	麺 小麦粉 大豆油	362 Kcal
27	金	ご飯 すき焼き風煮 パパイヤチャンプルー みそ汁	オレンジ	豚肉 豆腐 ツナ	白菜 人参 ねぎ こんにやく 椎茸 パパイヤ ニラ	ご飯 サラダ油 グラニュー糖	372 Kcal
30	月	ご飯 豚肉の塩だれ炒め ゴーヤの卵とじ みそ汁	はちやぐみ棒	豚肉 卵	パプリカ 人参 ニラ もやし ゴーヤ 玉葱	米 ごま油 サラダ油	360 Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承お願い致します。

2024年

9 月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保

月		火		水		木		金		土	
2日		3日		4日		5日		6日		7日	
昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) 白菜煮(白菜・昆布だし) 汁(人参・玉葱・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布 さつま芋煮(さつま芋・昆布だ 汁(玉葱・麩・昆布だし)
おやつ	オレンジ	おやつ	せんべい	おやつ	バナナ	おやつ	ちんすこう	おやつ	オレンジ	おやつ	はちやぐみ棒
9日		10日		11日		12日		13日		14日	
昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 大根煮(大根・昆布だし) 汁(玉葱・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布 じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だ 汁(キャベツ・昆布だし)
おやつ	せんべい	おやつ	バナナ	おやつ	ビスケット	おやつ	りんごゼリー	おやつ	オレンジ	おやつ	ぼたぼた焼き
16日		17日		18日		19日		20日		21日	
敬老の日		昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	休み	
		おやつ	クラッカー	おやつ	オレンジ	おやつ	ちんすこう	おやつ	せんべい		
23日		24日		25日		26日		27日		28日	
秋分の日		昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏ささ身・人参・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	休み	
		おやつ	クラッカー	おやつ	バナナ	おやつ	ビスケット	おやつ	オレンジ		
30日											
昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)										
おやつ	はちやぐみ棒										

※食材等の都合により、献立を変更することがござ