

令和8年度9月 献立表

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
10時		果物	菓子	果物	菓子	もみの木まつり
昼食		豚の塩麹炒め ねばねば和え じゃが芋の味噌汁 玄米ご飯 果物	洋風卵焼き ツナとピーマンの和え物 野菜スープ ご飯 果物	魚の米粉焼き 切干大根サラダ 春雨スープ 玄米ご飯 果物	チンジャオロース 中華風酢の物 トマトスープ ご飯 果物	
3時		胡麻じゃこクッキー	米粉マフィン	ココア餅	おふスナック	
	7	8	9	10	11	12
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	煮魚 さつま芋のサラダ 味噌汁 ご飯 果物	高野豆腐のオランダ煮 切干大根のごま和え 野菜スープ 玄米ご飯 果物	レバーの味噌煮 南瓜のゴマソース ししゃも すまし汁 ご飯	プルコギ 春雨の酢の物 味噌汁 玄米ご飯 果物	ウインナー入り卵焼き 野菜のセサミソース 油揚げと茄子の味噌汁 ご飯 果物	ナポリタン 野菜スープ 果物
3時	チーズ入りワカメおにぎり	バナナスコーン	シュガーラスク	マールカオ	鉄分強化蒸しパン	カントリークッキー
	14	15	16	17	18	19
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	チリコンカン ごぼうの金平 わかめスープ ご飯 果物	豚肉の生姜焼き キャベツのゆかり和え 味噌汁 玄米ご飯 果物	麻婆豆腐 鉄分サラダ かえり炒め ご飯 果物	炒り卵のミートソースかけ ヨーグルトサラダ ワカメスープ ハートパン 果物	魚の甘辛焼き ほうれん草のおかか和え 味噌汁 ご飯 果物	三色丼 豆腐のすまし汁 果物
3時	チーズ饅頭	ちんすこう	ジャムサンド	パセリおにぎり	おはぎ	大学芋
	21	22	23	24	25	26
10時	敬老の日	国民の休日	秋分の日	菓子	果物	菓子
昼食				魚のソース煮 クービリチー 豆腐のすまし汁 ご飯 果物	干草焼き もやしの酢の物 アサの味噌汁 玄米ご飯 果物	鶏飯 すまし汁 果物
3時				フルーツヨーグルト	お月見団子	スイートポテト
	28	29	30			
10時	菓子	果物	菓子	3時のおやつには、牛乳が付きます。 都合により献立が変更の場合があります。 * おやつ（手作り） * 菓子（カンキョー自然館）		
昼食	クリームスパゲティ 鶏の照り焼き 温キャベツ 果物	豚肉とナスの味噌炒め 野菜のナムル すまし汁 玄米ご飯 果物	魚のバター醤油焼き 高野豆腐と切干大根の煮びたし 味噌汁 ご飯 果物			
3時	りんごケーキ	もちもちポンデ	ニラ入り塩焼きそば			

令和8年度9月 卵アレルギー献立表

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
10時		果物	菓子	果物	菓子	もみの木まつり
昼食		豚の塩麹炒め ねばねば和え じゃが芋の味噌汁 玄米ご飯 果物	ハンバーグ ツナとビーツの和え物 野菜スープ ご飯 果物	魚の米粉焼き 切干大根サラダ 春雨スープ 玄米ご飯 果物	チンジャオロース 中華風酢の物 トマトスープ ご飯 果物	
3時		胡麻じゃこクッキー	米粉マフィン	ココア餅	おふスナック	
	7	8	9	10	11	12
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	煮魚 さつま芋のサラダ 味噌汁 ご飯 果物	高野豆腐のオランダ煮 切干大根のごま和え 野菜スープ 玄米ご飯 果物	レバーの味噌煮 南瓜のゴマソース ししゃも すまし汁 ご飯	プルコギ 春雨の酢の物 味噌汁 玄米ご飯 果物	ウインナー入り野菜炒め 野菜のセサミソース 油揚げと茄子の味噌汁 ご飯 果物	ナポリタン 野菜スープ 果物
3時	チーズ入りワカメおにぎり	バナナスコーン	シュガーラスク	マーラカオ	鉄分強化蒸しパン	カントリークッキー
	14	15	16	17	18	19
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	チリコンカン ごぼうの金平 わかめスープ ご飯 果物	豚肉の生姜焼き キャベツのゆかり和え 味噌汁 玄米ご飯 果物	麻婆豆腐 鉄分サラダ かえり炒め ご飯 果物	ハンバーグのミートソースかけ ヨーグルトサラダ ワカメスープ ハートパン 果物	魚の甘辛焼き ほうれん草のおかか和え 味噌汁 ご飯 果物	二色丼 豆腐のすまし汁 果物
3時	チーズ饅頭	ちんすこう	ジャムサンド	パセリおにぎり	おはぎ	大学芋
	21	22	23	24	25	26
10時	敬老の日	国民の休日	秋分の日	菓子	果物	菓子
昼食				魚のソース煮 クープイリチー 豆腐のすまし汁 ご飯 果物	鶏バーグ もやしの酢の物 アサの味噌汁 玄米ご飯 果物	鶏飯 すまし汁 果物
3時				フルーツヨーグルト	お月見団子	スイートポテト
	28	29	30			
10時	菓子	果物	菓子	3時のおやつには、牛乳が付きます。 都合により献立が変更の場合があります。 ＊おやつ（手作り） ＊菓子（カンキョー自然館）		
昼食	クリームスパゲティ 鶏の照り焼き 温キャベツ 果物	豚肉とナスの味噌炒め 野菜のナムル すまし汁 玄米ご飯 果物	魚のバター醤油焼き 高野豆腐と切干大根の煮びたし 味噌汁 ご飯 果物			
3時	りんごケーキ	もちもちポンデ	二ラ入り塩焼きそば			

令和8年度9月 乳・胡麻アレルギー献立表

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
10時		果物	菓子	果物	菓子	もみの木まつり
昼食		豚の塩麹炒め ねばねば和え じゃが芋の味噌汁 玄米ご飯 果物	洋風卵焼き ツナとピーマンの和え物 野菜スープ ご飯 果物	魚の米粉焼き 切干大根サラダ 春雨スープ 玄米ご飯 果物	チンジャオロース 中華風酢の物 トマトスープ ご飯 果物	
3時		胡麻じゃこクッキー	米粉マフィン	ココア餅	おふスナック	
	7	8	9	10	11	12
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	煮魚 さつま芋のサラダ 味噌汁 ご飯 果物	高野豆腐のオランダ煮 切干大根の和え物 野菜スープ 玄米ご飯 果物	レバーの味噌煮 南瓜のソース和え ししゃも すまし汁 ご飯	プルコギ 春雨の酢の物 味噌汁 玄米ご飯 果物	ウインナー入り卵焼き 野菜の和え物 油揚げと茄子の味噌汁 ご飯 果物	ナポリタン 野菜スープ 果物
3時	ワカメおにぎり	バナナスコーン	シュガーラスク	マーラカオ	鉄分強化蒸しパン	クッキー
	14	15	16	17	18	19
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	チリコンカン ごぼうの金平 わかめスープ ご飯 果物	豚肉の生姜焼き キャベツのゆかり和え 味噌汁 玄米ご飯 果物	麻婆豆腐 鉄分サラダ かえり炒め ご飯 果物	炒り卵のミートソースかけ ヨーグルトサラダ ワカメスープ ハートパソ 果物	魚の甘辛焼き ほうれん草のおかか和え 味噌汁 ご飯 果物	三色丼 豆腐のすまし汁 果物
3時	饅頭	ちんすこう	ジャムサンド	パセリおにぎり	おはぎ	大学芋
	21	22	23	24	25	26
10時				菓子	果物	菓子
昼食	敬老の日	国民の休日	秋分の日	魚のソース煮 クーブイリチー 豆腐のすまし汁 ご飯 果物	干草焼き もやしの酢の物 アサの味噌汁 玄米ご飯 果物	鶏飯 すまし汁 果物
3時				フルーツヨーグルト	お月見団子	スイートポテト
	28	29	30			
10時	菓子	果物	菓子	3時のおやつには、麦茶又は豆乳が付きます。 都合により献立が変更の場合があります。 *おやつ（手作り） *菓子（カンキョー自然館）		
昼食	スパゲティー 鶏の照り焼き 温キャベツ 果物	豚肉とナスの味噌炒め 野菜のナムル すまし汁 玄米ご飯 果物	魚の醤油焼き 高野豆腐と切干大根の煮びたし 味噌汁 ご飯 果物			
3時	りんごケーキ	もちもちポンデ	シラ入り塩焼きそば			