

令和7年度9月 献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	
昼食	魚の野菜あんかけ 和風サラダ 味噌汁 ご飯 果物	キッシュ風卵焼き ツナとキャベツの和え物 夏野菜スープ ご飯 トマト	麻婆豆腐 鉄分サラダ かえり炒め ご飯 果物	豚肉の生姜焼き 切り干し大根の炒め煮 ワカメのすまし汁 ご飯 果物	レバーの甘辛煮 リヨネーズ南瓜 大根の味噌汁 紫黒米ご飯 果物	もみの木祭り
3時	菓子(乾パン)	チーズ饅頭	マカロニあべかわ	クリームヨーグルト	ビーフン炒め	
	8	9	10	11	12	13
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	魚のバター醤油焼き 厚揚げとコンニャクの煮物 味噌汁 ご飯 果物	お好み焼き風卵焼き 味噌ドレサラダ きのこスープ ご飯 果物	チリコンカン 野菜のナムル 豆乳スープ ご飯 果物	夏野菜カレー 切干大根の和え物 ご飯 果物	油淋鶏 ひじきの炒め煮 豆腐の味噌汁 紫黒米ご飯 果物	三色丼 アサの味噌汁 果物
3時	レーズン蒸しパン	メルティフレーク	牛乳もち	味噌饅頭	ぶどうゼリー	お麩ラスク
	15	16	17	18	19	20
10時	敬老の日	菓子	果物	菓子	果物	菓子
昼食		魚の香草パン粉焼き 南瓜サラダ 野菜スープ ご飯 果物	干草焼き 野菜のゆかり和え ワカメのすまし汁 ご飯 果物	豚肉とナスの味噌炒め 青菜のごま和え 豆腐のすまし汁 ご飯 果物	高野豆腐のオランダ煮 切昆布の当座煮 味噌汁 紫黒米ご飯 果物	肉うどん 果物
3時		りんごのスコーン	ジャムサンド	大学芋	メロンクッキー	チリメンおにぎり
	22	23	24	25	26	27
10時	菓子	秋分の日	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	クリームシチュー 野菜のソテー ハートパン 果物		魚のソース煮 クープイリチー ワカメの味噌汁 ご飯 果物	厚揚げの肉味噌煮 野菜の塩昆布和え 大根のすまし汁 ご飯 果物	ゴロゴロ野菜の卵焼き 中華風酢の物 白菜のスープ 紫黒米ご飯 果物	ハヤシライス ゆで卵 果物
3時	おはぎ		手作りパン	たぬきおにぎり	石垣もち	マフィン
	29	30				
10時	菓子	果物	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	ガイヤーン ひじきの華風和え 味噌汁 ご飯 果物	魚のムニエル 春雨サラダ スープ ご飯 果物				
3時	お豆腐ブラウニー	スイートポテト				

令和7年度9月 卵アレルギー献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	
昼食	魚の野菜あんかけ 和風サラダ 味噌汁 ご飯 果物	パスタと野菜のソテー ツナとキャベツの和え物 夏野菜スープ ご飯 トマト	麻婆豆腐 鉄分サラダ かえり炒め ご飯 果物	豚肉の生姜焼き 切り干し大根の炒め煮 ワカメのすまし汁 ご飯 果物	レバーの甘辛煮 リヨネーズ南瓜 大根の味噌汁 紫黒米ご飯 果物	もみの木祭り
3時	菓子(乾パン)	チーズ饅頭	マカロニあべかわ	クリームヨーグルト	ピーマン炒め	
	8	9	10	11	12	13
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	魚のバター醤油焼き 厚揚げとコンニャクの煮物 味噌汁 ご飯 果物	お好み焼き風ハンバーグ 味噌ドレサラダ きのこスープ ご飯 果物	チリコンカン 野菜のナムル 豆乳スープ ご飯 果物	夏野菜カレー 切干大根の和え物 ご飯 果物	油淋鶏 ひじきの炒め煮 豆腐の味噌汁 紫黒米ご飯 果物	三色丼 アサの味噌汁 果物
3時	レーズン蒸しパン	メルティフレーク	牛乳もち	味噌饅頭	ぶどうゼリー	お麴ラスク
	15	16	17	18	19	20
10時	敬老の日	菓子	果物	菓子	果物	菓子
昼食		魚の香草パン粉焼き 南瓜サラダ 野菜スープ ご飯 果物	つくね焼風 野菜のゆかり和え ワカメのすまし汁 ご飯 果物	豚肉とナスの味噌炒め 青菜のごま和え 豆腐のすまし汁 ご飯 果物	高野豆腐のオランダ煮 切昆布の当座煮 味噌汁 紫黒米ご飯 果物	肉うどん 果物
3時		りんごのスコーン	ジャムサンド	大学芋	メロンクッキー	チリメンおにぎり
	22	23	24	25	26	27
10時	菓子	秋分の日	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	クリームシチュー 野菜のソテー ハートパン 果物		魚のソース煮 クービリチー ワカメの味噌汁 ご飯 果物	厚揚げの肉味噌煮 野菜の塩昆布和え 大根のすまし汁 ご飯 果物	野菜のオーブ焼き 中華風酢の物 白菜のスープ 紫黒米ご飯 果物	ハヤシライス ゆで卵 果物
3時	おはぎ		手作りパン	たぬきおにぎり	石垣もち	マフィン
	29	30				
10時	菓子	果物	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)			
昼食	ガイヤーン ひじきの華風和え 味噌汁 ご飯 果物	魚のムニエル 春雨サラダ スープ ご飯 果物				
3時	お豆腐ブラウニー	スイートポテト				

令和7年度9月 乳アレルギー献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	
昼食	魚の野菜あんかけ 和風サラダ 味噌汁 ご飯 果物	キッシュ風卵焼き ツナとキャベツの和え物 夏野菜スープ ご飯 トマト	麻婆豆腐 鉄分サラダ かえり炒め ご飯 果物	豚肉の生姜焼き 切り干し大根の炒め煮 ワカメのすまし汁 ご飯 果物	レバーの甘辛煮 リヨネーズ南瓜 大根の味噌汁 紫黒米ご飯 果物	もみの木祭り
3時	菓子(乾パン)	饅頭	マカロニあべかわ	フルーツ	ビーフン炒め	
	8	9	10	11	12	13
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	魚のバター醤油焼き 厚揚げとコンニャクの煮物 味噌汁 ご飯 果物	お好み焼き風卵焼き 味噌ドレサラダ きのこスープ ご飯 果物	チリコンカン 野菜のナムル 豆乳スープ ご飯 果物	夏野菜カレー 切干大根の和え物 ご飯 果物	油淋鶏 ひじきの炒め煮 豆腐の味噌汁 紫黒米ご飯 果物	三色丼 アサの味噌汁 果物
3時	レーズン蒸しパン	メルティフレーク	豆乳もち	味噌饅頭	ぶどうゼリー	お麴ラスク
	15	16	17	18	19	20
10時	敬老の日	菓子	果物	菓子	果物	菓子
昼食		魚の香草パン粉焼き 南瓜サラダ 野菜スープ ご飯 果物	千草焼き 野菜のゆかり和え ワカメのすまし汁 ご飯 果物	豚肉とナスの味噌炒め 青菜のごま和え 豆腐のすまし汁 ご飯 果物	高野豆腐のオランダ煮 切昆布の当座煮 味噌汁 紫黒米ご飯 果物	肉うどん 果物
3時		りんごのスコーン	ジャムサンド	大学芋	メロンクッキー	チリメンおにぎり
	22	23	24	25	26	27
10時		秋分の日	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	豆乳シチュー 野菜のソテー ハートパン 果物		魚のソース煮 クービリチー ワカメの味噌汁 ご飯 果物	厚揚げの肉味噌煮 野菜の塩昆布和え 大根のすまし汁 ご飯 果物	ゴロゴロ野菜の卵焼き 中華風酢の物 白菜のスープ 紫黒米ご飯 果物	ハヤシライス ゆで卵 果物
3時	おはぎ		手作りパン	たぬきおにぎり	石垣もち	マフィン
	29	30				
10時	菓子	果物	3時のおやつには、牛乳は麦茶又は豆乳が 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)			
昼食	ガイヤーン ひじきの華風和え 味噌汁 ご飯 果物	魚のムニエル 春雨サラダ スープ ご飯 果物				
3時	お豆腐ブラウニー	スイートポテト				