

月曜日 8月31日	火曜日 9月1日	水曜日 2	木曜日 3	金曜日 4 郷土料理
ごはんの栄養について知る	旬の食品(なし)を味わう	呉汁について知る	はま菜ちゃんについて知る	鹿児島県の郷土料理を味わう
ごはん 精白米 肉じゃが 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん さやいんげん しらたき 米油 砂糖 牛乳	ロールパン ヌードルスープ フエトチーネ ベーコン じゃがいも たまねぎ キャベツ にんじん パセリ ツナサンドの具 まぐろ油漬 チーズ たまねぎ きゅうり にんじん 米油 砂糖 牛乳	はいがごはん はいが米 栄養満点丼の具 豚肉 乾燥大豆 ひじき にんじん こまつな にんにく しょうが しらたき ごま ごま油 砂糖 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 はま菜ちゃんの 甘みそ野菜炒め 豚肉 油揚げ じゃがいも にんじん なす ビーマン ねぎ しょうが 米油 砂糖 みそ どんぶり 牛乳	はいがごはん はいが米 油豆腐めん そうめん 豚肉 キャベツ にんじん にら 米油 さつま汁 鶏肉 さつまいも だいこん にんじん こまつな ねぎ みそ 豚みそ 豚肉 乾燥大豆 しょうが 米油 含蜜糖 みそ 牛乳
7 国際理解	8 郷土料理	9 行事食	10	11
ドイツ料理を味わう	山口県の郷土料理を味わう	重陽の節句にちなみ、菊を味わう	チリコンカーンについて知る	ビビンバについて知る
チーズパン ザワークラウト キャベツ 砂糖 ハンバーグトマトソース 豚肉 鶏肉 たまねぎ パン粉 でんぶん トマト缶 米油 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 チキンチキンごぼう 鶏肉 ごぼう でんぶん 米油 えだまめ ごま 砂糖 牛乳	栗ごはん 精白米 もち米 栗 魚のあんかけ カレイ しょうが 砂糖 でんぶん 牛乳	丸パン 野菜スープ たまねぎ キャベツ コーン にんじん チリコンカーン 豚肉 だいず たまねぎ トマト缶 にんじん にんにく 米油 マカロニ 小麦粉 チリパウダー 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 ビビンバ(野菜) もやし にら にんじん にんにく ごま ごま油 ビビンバ(肉) 牛肉 ねぎ しょうが にんにく 米油 砂糖 コチジャン 牛乳
14	15	16	17 行事食	18 食育の日
ひじきの栄養について知る	秋なすについて知る	タッカルビを味わう	長野県の長寿料理を味わう	季節の食品を献立に使用するよさを知る
黒パン ひじきサラダ ひじき だいず きゅうり にんじん キャベツ コーン ごま 米油 砂糖 かぼちゃの米粉シチュー 鶏肉 かぼちゃ たまねぎ にんじん こまつな 米油 牛乳 豆乳 脱脂粉乳 米粉 バター 牛乳	はいがごはん はいが米 秋なすカレー 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん なす しょうが にんにく 米油 小麦粉 マーガリン プルーンはっこう乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 タッカルビ 鶏肉 さつまいも キャベツ たまねぎ しょうが にんにく 米油 砂糖 ごま油 コチジャン 牛乳	菜めし はいが米 だいこん菜 凍り豆腐の炒り煮 凍り豆腐 豚肉 ちくわ ねぎ にんじん 米油 砂糖 でんぶん 牛乳	きのご汁 油揚げ だいこん にんじん ねぎ みそ えのきたけ まいたけ しめじ なめこ 黒ごまミルクゼリー ごま 寒天 グラニュー糖 牛乳
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 国際理解	25 十五夜
			イタリア料理を味わう ぶどうパン ペスカトーレ スバゲティ えび いか ほたて水煮 たまねぎ トマト缶 トマト なす ビーマン にんにく オリーブ油 バジル ミネストラ ベーコン たまねぎ スズキニ にんじん にんにく オリーブ油 フローズンヨーグルト 牛乳	十五夜(芋名月)について知る さんまごはん (はいがごはん) はいが米 さんま しょうが さつまいものそぼろ煮 さつまいも 豚肉 にんじん しょうが 米油 砂糖 でんぶん 月見汁 うずら卵 鶏肉 にんじん こまつな ねぎ 牛乳
28	29	30	☆献立について☆	
旬の食品(かつお)を味わう	パンの栄養について知る	季節の食品(なす)を味わう	○ 健康(長寿)を考える献立として、凍り豆腐やきのこを取り入れました。 ○ 9月9日の「重陽の節句」にちなみ、食用菊を取り入れました。 ○ 「敬老の日」にちなみ、長寿料理として長野県の料理を取り入れました。 ○ 郷土料理として、鹿児島県の料理と山口県の料理を取り入れました。 ○ 食育の日は、主食・主菜・副菜・汁物がそろった食事のよさを知らせる献立を取り入れました。 ○ 国際理解の献立として、ドイツ料理とイタリア料理を取り入れました。	
麦ごはん 精白米 米粒麦 磯香あえ もやし キャベツ のり かつおのごまみそあえ かつお 凍り豆腐 でんぶん 砂糖 しょうが みそ ごま 米油 牛乳	はいがパン コーンサラダ コーン キャベツ きゅうり たまねぎ 米油 砂糖 カレービーンズシチュー だいず 豚肉 チーズ じゃがいも たまねぎ にんじん 米油 小麦粉 マーガリン 牛乳	はいがごはん はいが米 卵とトマトのスープ 鶏肉 豆腐 豚肉 トマト たまねぎ こまつな えのきたけ しょうが でんぶん 麻婆なす 豚肉 乾燥大豆 なす 緑・赤ピーマン ねぎ しょうが にんにく 米油 砂糖 みそ でんぶん トウバンジャン テンメンジャン ごま油 牛乳		