



9月 献立表



令和8年

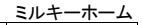
ミルクィホーム

日曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1月	牛乳	ご飯 味噌汁 さばの塩焼き 納豆和え オレンジ 麦茶	ブルーチーズ 以上完:米粉ロールケーキ 朱満院:ほうれん草せんべい 休乳	味噌 さば 牛乳 納豆 ブルーチーズの素	米 さつま芋 砂糖 米粉ロールケーキ ほうれん草せんべい	植物だし キャベツ たまねぎ 人参 きゅうり オレンジ	水 料理酒 塩 こいちしょうゆ 麦茶
2月	水 牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉の生妻炒め ごま和え パナナ 麦茶	米粉パンケーキ 牛乳	味噌 木綿豆腐 豚肉 クリーム 牛乳 調整乳	米 油 ごま 砂糖 米粉 いちごジャム	植物だし なら 玉ねぎ 人参 しょうが 白菜 小松菜 パナナ	水 料理酒 こいちしょうゆ 麦茶 ペーキングパウダー
3月	木 牛乳	玄米入りご飯 キーマカレー もやしのマヨサラダ オレンジ 麦茶	リンゴゼリー 星スナック 牛乳	豚肉 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり コーン オレンジ りんごジュース アガー	水 カレール 塩 麦茶
4月	金 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン揚げ ひじきの和え物 バイナッフル 麦茶	ベイクドポテト 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 じゃがいも	植物だし 白濁 チンゲン菜 レモン ひじき 大根 人参 バイナッフル きゅうり コーン 青のり	水 料理酒 こいちしょうゆ みりん 麦茶 塩
5月	土 牛乳	肉野菜炒め丼 味噌汁 小松菜のお浸し パナナ 麦茶	カップゼリー(ストロベリー) せんべい 牛乳	豚肉 味噌 厚揚げ 牛乳	米 油 いちごゼリー せんべい	人参 もやし ビーマン 植物だし 玉ねぎ 小松菜 切干大根 パナナ	水 こいちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 麦茶
6月	日 牛乳	ハヤシライス スープ さつまいもサラダ ヨーグルト	チーズ 菓子 牛乳	豚肉 チーズ ヨーグルト 牛乳	じゃがいも 油 米 せんべい ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん じゃがいも きゅうり こまつな コーン	水 ハヤシルウ 塩 チキンスープの素
7月	月 牛乳	米粉パン コンスープ ビーマンの肉詰め フレンチサラダ 梨 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	豚肉 牛乳	米粉パン 片栗粉 米粉 油 砂糖 米	人参 玉ねぎ ビーマン キャベツ トマトケチャップ 米粉 麦茶	シチューフレーク 水 塩 トマトケチャップ 米粉 麦茶
8月	火 牛乳	ミートソースパゲティ かぼちゃのベイクドサラダ パナナ 麦茶	【白濁】 きのこごはん 麦茶	豚ひき肉 油あげ 牛乳	ライスバスタ 砂糖 油 米	たまねぎ ダイストマ 南瓜 きゅうり パナナ えのき まいたけ にんじん	水 麦茶 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 麦粉 米粉 こいちしょうゆ みりん
9月	水 牛乳	マーボー茄子丼 オニオンスープ 中華サラダ ジョア 麦茶	じゃが芋餅 牛乳	豚肉 味噌 ジョア 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま じゃが芋	なす 長ねぎ ビーマン しょうが にんにく 玉ねぎ しめじ パセリ もやし 人参 小松菜 青のり	水 こいちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 乾燥物酢 麦茶 みりん
10月	木 牛乳	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ごぼうの和風マヨ和え チーズ 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 高野豆腐 鮭 チーズ 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク 砂糖 無塩バター マシュマロ	植物だし 南瓜 ごぼう 人参 大根 ごぼう	水 こいちしょうゆ 麦茶 塩こじ
11月	金 牛乳	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き トマトドレッシングサラダ バイナッフル 麦茶	水ようかん せんべい 牛乳	鶏肉 こしあん 牛乳	米 マーマレード せんべい	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 きゅうり バイナッフル 寒天	水 チキンスープの素 塩 こいちしょうゆ 料理酒 トマトドレッシング 麦茶
12月	土 牛乳	高野豆腐そぼろ丼 味噌汁 チンゲン菜とコーンの和え物 グレープフルーツ 麦茶	ヨーグルト 菓子 牛乳	高野豆腐 鶏肉 味噌 ヨーグルト 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 パンケーキ せんべい	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリーンピース 植物だし えのき わかめ チンゲン菜 もやし グレープフルーツ コーン	水 こいちしょうゆ 料理酒 麦茶
13日	月 牛乳	焼肉丼 中華スープ 中華風お浸し みかん缶	オレンジゼリー 菓子 牛乳	豚肉 牛乳	米 ごま ごま油 油 せんべい オレンジゼリー	にんじん たまねぎ ほうれん草 キャベツ カットわかめ コーン みかん缶	水 麦茶 みりん こいちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素
14月	月 牛乳	ご飯 味噌汁 あじのタンタ焼き 大根のおかか炒め オレンジ 麦茶	きな粉クッキー 牛乳	味噌 油揚げ あじ かつお節 牛乳 きな粉	米 さつま芋 片栗粉 油 砂糖 米粉	植物だし 万能ねぎ しょうが 青のり 大根 人参 さやいんげん オレンジ	水 こいちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 麦茶
15日	火 牛乳	ご飯 味噌汁 タンドリーチキン 納豆和え グレープフルーツ 麦茶	ブルーチーズ 以上完:米粉ロールケーキ 朱満院:ほうれん草せんべい 休乳	味噌 鶏肉 牛乳 納豆 ブルーチーズの素	米 さつま芋 砂糖 米粉ロールケーキ ほうれん草せんべい ノンエッグマヨネーズ	植物だし キャベツ たまねぎ 人参 きゅうり グレープフルーツ にん じく	水 料理酒 塩 こいちしょうゆ 麦茶 カレー粉 トマトケチャップ
16日	水 牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉の生妻炒め ごま和え パナナ 麦茶	米粉パンケーキ 牛乳	味噌 木綿豆腐 豚肉 クリーム 牛乳 調整乳	米 油 ごま 砂糖 米粉 いちごジャム	植物だし なら 玉ねぎ 人参 しょうが 白菜 小松菜 パナナ	水 料理酒 こいちしょうゆ 麦茶 ペーキングパウダー
17日	木 牛乳	玄米入りご飯 キーマカレー もやしのマヨサラダ オレンジ 麦茶	キャロットゼリー 星スナック 牛乳	豚肉 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり コーン オレンジ りんごジュース アガー	水 カレール 塩 麦茶
18日	金 牛乳	【軟分】ご飯 すまし汁 鮭の煮のこ味噌焼き かぼちゃの煮物 バイナッフル 麦茶	二色おはぎ 麦茶	かつおだしパック 鮭 味噌 きな粉 つぶあん 牛乳	米 小切乾 砂糖 ビスケット	大根 長ねぎ まいたけ えのき 南瓜 さやいんげん バイナッフル	水 こいちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 麦茶
19日	土 牛乳	肉野菜炒め丼 味噌汁 小松菜のお浸し パナナ 麦茶	カップゼリー(ストロベリー) せんべい 牛乳	豚肉 味噌 厚揚げ 牛乳	米 油 いちごゼリー せんべい	人参 もやし ビーマン 植物だし 玉ねぎ 小松菜 切干大根 パナナ	水 こいちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 麦茶
20日	日 牛乳	ハヤシライス スープ さつまいもサラダ ヨーグルト	チーズ 菓子 牛乳	豚肉 チーズ ヨーグルト 牛乳	じゃがいも 油 米 せんべい ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん じゃがいも きゅうり こまつな コーン	水 ハヤシルウ 塩 チキンスープの素
21月	月 牛乳	チキンの洋風混ぜごはん スープ 風味焼き 黄桃缶	ヨーグルト 菓子 牛乳	鶏ひき肉 ベーコン 牛乳 ヨーグルト	米 ノンエッグマヨネーズ 油 せんべい じゃがいも	たまねぎ 人参 パセリ粉 こまつな コーン 黄桃缶	水 麦茶 塩 チキンスープの素
22日	火 牛乳	焼肉丼 中華スープ 中華風お浸し みかん缶	青りんごゼリー 菓子 牛乳	豚肉 牛乳	米 ごま ごま油 油 せんべい 青りんごゼリー みかん缶	にんじん たまねぎ ほうれん草 キャベツ カットわかめ コーン みかん缶	水 麦茶 みりん こいちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素
23日	水 牛乳	ピザパン 中華スープ 酢味噌和え みかん缶	オレンジゼリー 星スナック 牛乳	豚ひき肉 牛乳 味噌	米 砂糖 ごま油 ごま 油 オレンジゼリー 星スナック	ねぎ にんじん こまつな きゅうり コーン たまねぎ カットわかめ みかん缶	水 麦茶 こいちしょうゆ 料理酒 米粉 麦粉 チキンスープの素
24日	木 牛乳	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ごぼうの和風マヨ和え チーズ 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 高野豆腐 鮭 チーズ 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク 砂糖 無塩バター マシュマロ	植物だし 南瓜 ごぼう 人参 大根 ごぼう	水 こいちしょうゆ 麦茶 塩こじ
25日	金 牛乳	【以上児:2種のおにぎりバイキング】 わかめおにぎり コーンおにぎり 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草ソー ゼリー 麦茶	コーンフレーク入り ヨーグルト 牛乳	鶏肉 牛乳 ヨーグルト 木綿豆腐 味噌 ベーコン	米 マーマレード 無塩バター ゼリー コーンフレーク 砂糖	コーン わかめごはんの素 にんじん なめこ ねぎ ほうれん草 植物だし	水 麦茶 こいちしょうゆ
26日	土 牛乳	高野豆腐そぼろ丼 味噌汁 チンゲン菜とコーンの和え物 グレープフルーツ 麦茶	ゼリー せんべい 牛乳	高野豆腐 鶏肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 いちごゼリーせんべい	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリーンピース 植物だし えのき わかめ チンゲン菜 もやし グレープフルーツ コーン	水 こいちしょうゆ 料理酒 麦茶
27日	日 牛乳	ピラフ スパゲティサラダ コンソメスープ みかん缶	チーズ 菓子 牛乳	鶏ひき肉 チーズ 牛乳	米 ライスバスタ ノンエッグマヨネーズ せんべい	にんじん たまねぎ コーン キャベツ きゅうり こまつな みかん缶 グリン ピース	水 麦茶 塩 チキンスープの素
28月	月 牛乳	ご飯 味噌汁 あじのタンタ焼き 大根のおかか炒め オレンジ 麦茶	きな粉クッキー 牛乳	味噌 油揚げ あじ かつお節 牛乳 きな粉	米 さつま芋 片栗粉 油 砂糖 米粉	植物だし 万能ねぎ しょうが 青のり 大根 人参 さやいんげん オレンジ	水 こいちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 麦茶
29日	火 牛乳	ミートソースパゲティ かぼちゃのベイクドサラダ パナナ 麦茶	きのこごはん 麦茶	豚ひき肉 油あげ 牛乳	ライスバスタ 砂糖 油 米	たまねぎ ダイストマ 南瓜 きゅうり パナナ えのき まいたけ にんじん	水 麦茶 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 麦粉 米粉 こいちしょうゆ みりん
30日	水 牛乳	マーボー茄子丼 オニオンスープ 中華サラダ ジョア 麦茶	じゃが芋餅 牛乳	豚肉 味噌 ジョア 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま じゃが芋	なす 長ねぎ ビーマン しょうが にんにく 玉ねぎ しめじ パセリ もやし 人参 小松菜 青のり	水 こいちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 乾燥物酢 麦茶 みりん

食 料 の 平 均 給 与 量 表					
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩当量 (g)
給 与 量	500	19.3	17.1	300	1.5
乳 牛 平均量	495	20	16.8	295	1.5
乳 牛 目標量	481	19.8	16	295	1.3
乳 牛 平均量	481	17.1	14.9	280	1.2

☆圖の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。

発行:株式会社ミルクィア



		献立名		あか	きいろ	みどり	その他
日	曜	朝おやつ	昼食	体をつくる	かや体温のもとになる	体の調子を整える	
7	月	牛乳	米粉パン粥 コーンスープ ビーマンの肉詰め フレンチサラダ 梨 麦茶	豚肉 牛乳	米粉パン 片栗粉 米粉 油 砂糖 米	人参 玉ねぎ ビーマン キャベツ ブロッコリー 梨 わかめごはんの素	シチューフレーク 水 塩 トマトケチャップ 米粉 麦茶
8	火	牛乳	ミートソーススパゲッティ かぼちゃのベイクドサラダ バナナ 麦茶	豚ひき肉 油あげ 牛乳	ライスパスタ 砂糖 油 米	たまねぎ ダイストマト 南瓜 きゅうり バナナ えのき まいたけ にんじん	水 麦茶 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 食塩 米粉 こいくちしょうゆ みりん
9	水	牛乳	マーボー茄子丼 オニオンスープ 中華サラダ 麦茶	豚肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま じゃが芋	なす 長ねぎ ビーマン しょうが にんにく 玉ねぎ しめじ バセリ もやし 人参 小松菜 青のり	水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 麦茶 みりん
10	木	牛乳	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ごぼうの和風マヨ和え チーズ 麦茶	味噌 高野豆腐 鮭 チーズ 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	植物だし 南瓜 ごぼう 人参 大根	水 こいくちしょうゆ 麦茶 塩こうじ
11	金	牛乳	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き トマトドレッシングサラダ 麦茶	鶏肉 牛乳 ヨーグルト	米 マーマレード ハイハイン	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 きゅうり	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 トマトドレッシング 麦茶
14	月	牛乳	ご飯 味噌汁 あじのタツタ焼き 大根のおかか炒め オレンジ 麦茶	味噌 油揚げ あじ かつお節 牛乳	米 さつま芋 油 砂糖	植物だし 万能ねぎ しょうが 青のり 大根 人参 さやいんげん オレンジ 青のり	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 麦茶
15	火	牛乳	ご飯 味噌汁 タンドリーチキン 納豆和え グレープフルーツ 麦茶	味噌 鶏肉 牛乳 納豆	米 さつま芋 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	植物だし キャベツ たまねぎ 人参 きゅうり グレープフルーツ にん じく	水 料理酒 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 カレー粉 トマトケチャップ コーン
16	水	牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め ごま和え バナナ 麦茶	味噌 木綿豆腐 豚肉 牛乳 調整豆乳	米 油 ごま 砂糖 米粉	植物だし にら 玉ねぎ 人参 しょうが 白菜 小松菜 バナナ	水 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
17	木	牛乳	玄米入りご飯 キーマカレー もやしのマヨサラダ オレンジ 麦茶	豚肉 牛乳 ヨーグルト	米 玄米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ハイハイン	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり コーン オレンジ	水 カレールウ 塩 麦茶
18	金	牛乳	【秋分】ご飯 すまし汁 鮭のきのこ味噌焼き かぼちゃの煮物 麦茶	鮭 味噌 きな粉 つぶあん 牛乳	米 砂糖	大根 長ねぎ まいたけ えのき茸 南瓜 さやいんげん	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 麦茶
24	木	牛乳	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ごぼうの和風マヨ和え チーズ 麦茶	味噌 高野豆腐 鮭 チーズ 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	植物だし 南瓜 ごぼう 人参 大根	水 こいくちしょうゆ 麦茶 塩こうじ
25	金	牛乳	わかめおにぎり コーンおにぎり 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草ソテー バナナ 麦茶	鶏肉 牛乳 ヨーグルト 木綿豆腐 味噌 ベーコン	米 マーマレード 無塩バター ゼリー コーンフレーク 砂糖	コーン わかめごはんの素 にんじん なめこ ねぎ ほうれん草 植物だし バナナ	水 麦茶 こいくちしょうゆ
28	月	牛乳	ご飯 味噌汁 あじのタツタ焼き 大根のおかか炒め オレンジ 麦茶	味噌 油揚げ あじ かつお節 牛乳	米 さつま芋 油 砂糖	植物だし 万能ねぎ しょうが 青のり 大根 人参 さやいんげん オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 麦茶
29	火	牛乳	ミートソーススパゲッティ かぼちゃのベイクドサラダ バナナ 麦茶	豚ひき肉 油あげ 牛乳	ライスパスタ 砂糖 油 米	たまねぎ ダイストマト 南瓜 きゅうり バナナ えのき まいたけ にんじん	水 麦茶 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 食塩 米粉 こいくちしょうゆ みりん
30	水	牛乳	マーボー茄子丼 オニオンスープ 中華サラダ 麦茶	豚肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま じゃが芋	なす 長ねぎ ビーマン しょうが にんにく 玉ねぎ しめじ バセリ もやし 人参 小松菜 青のり	水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 麦茶 みりん

発行：株式会社ミールケア



令和8年 9月 後期食献立表



		後期	
日	曜	お昼	午後
1	火	軟飯 玉ねぎの味噌汁 カレイとキャベツの煮物 さつまいもスティック	コーン軟飯
2	水	軟飯 人参の味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 小松菜の煮物 バナナ	野菜軟飯
3	木	軟飯 ジャガイモのスープ 豚そぼろと人参の煮物 スティックきゅうり	トマトパン粥
4	金	軟飯 白菜の味噌汁 高野豆腐とチンゲン菜の煮物 スティックきゅうり	青のりポテト
5	土	軟飯 人参の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 小松菜の煮物 バナナ	ヨーグルト ハイハイ
7	月	パン粥 玉ねぎのスープ 豚肉と人参の煮物 ブロッコリーの煮物	キャベツ軟飯
8	火	豚肉と野菜の煮込み麺 かぼちゃの煮物 バナナ	ケチャップ軟飯
9	水	軟飯 玉ねぎのスープ 豚そぼろと茄子の味噌煮 小松菜の煮物	スティックじゃが芋
10	木	軟飯 かぼちゃの味噌汁 鮭と野菜の煮物 スティック大根	野菜軟飯
11	金	軟飯 キャベツのスープ 鶏ももと野菜の煮物 スティック人参	ヨーグルト ハイハイ
12	土	軟飯 人参の味噌汁 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物	ヨーグルト ハイハイ
14	月	軟飯 さつまいもの味噌汁 かれいとお根の煮物 スティック人参	おかか軟飯
15	火	軟飯 玉ねぎの味噌汁 カレイとキャベツの煮物 さつまいもスティック	コーン軟飯
16	水	軟飯 人参の味噌汁 豆腐と玉ねぎの煮物 小松菜の煮物 バナナ	野菜軟飯
17	木	軟飯 ジャガイモのスープ 豚そぼろと人参の煮物 スティックきゅうり	コーン軟飯
18	金	軟飯 高野豆腐のスープ 鮭とお根の味噌煮 かぼちゃの煮物	きな粉軟飯
19	土	軟飯 人参の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 小松菜の煮物 バナナ	ヨーグルト ハイハイ
24	木	軟飯 かぼちゃの味噌汁 鮭と野菜の煮物 スティック大根	野菜軟飯
25	金	軟飯 ほうれん草のスープ 鶏ももと野菜の煮物 スティック人参 バナナ	ヨーグルト ハイハイ
26	土	軟飯 人参の味噌汁 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物	ヨーグルト ハイハイ
28	月	軟飯 さつまいもの味噌汁 かれいとお根の煮物 スティック人参	おかか軟飯
29	火	豚肉と野菜の煮込み麺 南瓜の煮物 バナナ	ケチャップ軟飯
30	水	軟飯 玉ねぎのスープ 豚そぼろと茄子の味噌煮 小松菜の煮物	スティックじゃが芋