

令和7年 9月 予定献立表

日	曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	昼間	夕食
1	月	ご飯	チキンカツ	干草和え		具沢山汁	しらすと海苔の混ぜご飯	
		米	鶏肉 酒 塩 薄力粉 パン粉 なたね油 中濃ソース	ほうれん草 人参 キャベツ しめじ ごま しょう油 かつお昆布だし		ごぼう 人参 大根 椎茸 あさつき 豆腐 塩 しょう油 かつお昆布だし	米 しらす 酒 塩 青のり ごま (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
2	火	ご飯	豚肉の葱塩炒め	南瓜の煮物	切干大根のナムル	茄子と油揚げの味噌汁	焼きうどん	
		米	豚肉 長葱 にんにく 塩 なたね油 しょう油	南瓜 素精糖 しょう油	切干大根 小松菜 人参 もやし しょう油 酢 ごま ごま油	茄子 油揚げ 味噌 煮干しだし	うどん 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 なたね油 塩 しょう油 かつお節 (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
3	水	スパゲティミートソース		ブロッコリーとチキンのサラダ		ジュリエンスープ	そぼろおにぎり	
		スパゲティ 豚ひき肉 生姜 にんにく 玉葱 ピーマン エリンギ バター 薄力粉 なたね油 トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース 塩		ブロッコリー ささみ 胡瓜 人参 コーン 酢 塩 素精糖 なたね油		キャベツ 玉葱 人参 セロリ 塩 なたね油	米 鶏ひき肉 生姜 しょう油 素精糖 みりん (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
4	木	ご飯	油淋鶏	キャベツと胡瓜のゆかり和え	さつま芋の甘煮	にらと卵の味噌汁	4日 クラッカー	
		米	鶏肉 酒 生姜 にんにく 片栗粉 なたね油 長葱 しょう油 酢 素精糖 ごま油	キャベツ 胡瓜 人参 しそ菜 塩	さつま芋 素精糖 塩 しょう油	にら 卵 味噌 煮干しだし	クラッカー (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物
							18日 ジャムサンド	
							ロールパン ジャム (果物 牛乳)	
5	金	ひき肉カレー		ポテトサラダ		鮎とわかめのすまし汁	りんごのケーキ	
		米 豚ひき肉 玉葱 人参 いんげん 生姜 にんにく 塩 カレー粉 薄力粉 なたね油 トマトケチャップ 中濃ソース		じゃが芋 玉葱 人参 胡瓜 ハム マヨネーズ 塩		鮎 わかめ 長葱 塩 しょう油 かつお昆布だし	りんご 薄力粉 BP グラニュー糖 卵 バター 牛乳 (果物 牛乳)	スパゲティ サラダ 汁物
6	土	ご飯	鶏肉のマーマレード焼き	小松菜と油揚げのお浸し		なめこの味噌汁	★チャーシュー炒飯	
		米	鶏肉 マーマレード しょう油 みりん 酒	小松菜 もやし 人参 油揚げ かつお昆布だし しょう油 ごま		なめこ 豆腐 あさつき 味噌 煮干しだし	米 焼き豚 長葱 人参 ピーマン 塩 しょう油 ごま油 (果物 牛乳)	
8	月	ご飯	★鰯の照り焼き	ひじきの煮物	胡瓜とツナのごま酢和え	大根とわかめのみそ汁	スイートポテト	
		米	鰯 しょう油 酒 みりん	干しひじき 人参 油揚げ 素精糖 しょう油 なたね油	胡瓜 もやし ツナ 酢 素精糖 しょう油 ごま	大根 わかめ 味噌 煮干しだし	さつま芋 グラニュー糖 牛乳 バター (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
9	火	ご飯	きのこハンバーグ	ほうれん草のソテー		南瓜の味噌汁	フルーツヨーグルト	
		米	豚ひき肉 玉葱 パン粉 塩 牛乳 椎茸 しめじ えのき しょう油 素精糖 みりん 片栗粉	ほうれん草 もやし 人参 ハム しょう油 塩 なたね油		南瓜 玉葱 味噌 煮干しだし	ヨーグルト グラニュー糖 みかん缶 バイン缶 バナナ (せんべい 麦茶)	炒飯 和え物 汁物
10	水	パン	タンドリーチキン	キャベツとコーンのサラダ	マッシュポテト	春雨とひき肉のスープ	梅おかおにぎり	
		食パン	鶏肉 ヨーグルト トマトケチャップ 塩 カレー粉 にんにく	キャベツ 胡瓜 人参 コーン 酢 塩 素精糖 なたね油	じゃが芋 バター 牛乳 塩	豚ひき肉 春雨 人参 塩 しょう油 かつお昆布だし ごま油	米 梅びしお かつお節 しょう油 ごま (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
11	木	ご飯	鮭の味噌チーズ焼き	胡瓜とわかめの酢の物	炒り豆腐	きのこのすまし汁	★ココアシュガートースト	
		米	鮭 味噌 しょう油 酒 みりん チーズ	胡瓜 わかめ 生姜 素精糖 酢 塩	豆腐 鶏ひき肉 人参 長葱 干し椎茸 酒 しょう油 塩 みりん	椎茸 しめじ 玉葱 あさつき 塩 しょう油 かつお昆布だし	食パン 素精糖 バター ココア (果物 牛乳)	
12	金	中華丼		じゃこサラダ		わかめスープ	カレーポテトコロッケ	
		米 豚肉 玉葱 人参 白菜 干し椎茸 きくらげ 青梗菜 塩 しょう油 なたね油 ごま油 片栗粉		大根 胡瓜 人参 じゃこ 酢 塩 しょう油 なたね油		わかめ もやし ごま 塩 しょう油 かつお昆布だし	じゃが芋 玉葱 豚ひき肉 塩 カレー粉 薄力粉 パン粉 なたね油 (果物 牛乳)	スパゲティ サラダ 汁物
13	土	チキンピラフ		キャベツとツナのサラダ		じゃが芋と玉葱の味噌汁	メープルクッキー	
		米 鶏肉 玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム バター 塩 しょう油 酒 みりん		キャベツ ツナ 人参 胡瓜 酢 塩 素精糖 なたね油		じゃが芋 玉葱 味噌 煮干しだし	薄力粉 片栗粉 メープルシロップ なたね油 (果物 牛乳)	

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。
 ☆17日は誕生会です。
 ☆は新メニューです。
 今月の果物予定:すいか メロン 等

	エネルギー	たんぱく	脂質	カルシウム
今月の平均栄養価(幼児)	558Kcal	24.0g	21.2g	247mg
栄養目標値	598Kcal	20.0g	19.0g	258mg