

令和7年9月献立予定表

令和7年8月26日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子を整える	おやつ	エネルギー
1	月	ごはん 鶏肉の磯辺揚げ 大根の梅おかか和え きのこの味噌汁 (始業式)	鶏もも肉 青のり かつお節 味噌 卵 牛乳 スキムミルク	白米 薄力粉 油 砂糖 ミックス粉	大根 きゅうり 人参 ねり梅 えのき しめじ 干椎茸 玉ねぎ 小ねぎ かぼちゃ	かぼちゃのケーキ	486
2	火	ごはん 魚のタンダー風 ブロッコリーサラダ 牛乳	魚 ヨーグルト 牛乳 塩昆布	白米 カレー粉 コーン マヨネーズ ごま	トマトケチャップ ブロッコリー キャベツ 人参 しそ	大葉と塩昆布の おにぎり	516
3	水	鮭の混ぜごはん のっぺい汁 野菜の甘酢和え	鮭 鶏こま肉 アガー	白米 ごま 里芋 こんにゃく 片栗粉 砂糖	小松菜 大根 ごぼう 人参 干椎茸 小ねぎ キャベツ きゅうり りんご缶 もも缶 パイン缶	フルーツゼリー	422
4	木	雑穀ごはん すき焼き風煮 野菜のごま和え	牛こま肉 豆腐 じゃこ	白米 雑穀米 はるさめ 砂糖 ごま ごま油	白菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ キャベツ もやし	ごまじゃこ おにぎり	585
5	金	おにぎり 味噌汁 フルーツ缶 (防災食の日)	わかめ 味噌 牛乳 ツナ	白米 ミックス粉 マヨネーズ	ゆかり 玉ねぎ 人参 小ねぎ みかん缶 粉パセリ	ツナパン	413
6	土	きのこのクリームスパゲティ コンソメスープ	ベーコン 牛乳 スキムミルク ウインナー	スパゲティ バター 薄力粉	しめじ えのき しいたけ ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ 人参	おかし	401
8	月	ごはん 豚肉の生姜焼き ポパイサラダ クラッシュゼリー	豚こま肉 かまぼこ じゃこ アガー かつお節	白米 マヨネーズ 砂糖 氷みつ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ 枝豆	枝豆おかか おにぎり	535
9	火	雑穀ごはん チキン南蛮 野菜のおかか和え 牛乳	鶏もも肉 卵 かつお節 牛乳 スキムミルク	白米 雑穀米 薄力粉 油 タルタルソース 砂糖 ミックス粉	しょうが にんにく キャベツ もやし 人参	ココア蒸しパン	616
10	水	ごはん スパニッシュオムレツ 人参サラダ 牛乳	卵 ベーコン チーズ スキムミルク ツナ 牛乳 わかめ	白米 じゃがいも コーン オリーブ油 ごま	ほうれん草 人参 きゅうり	わかめおにぎり	646
11	木	ごはん 魚のオーロラソース 野菜のドレッシング和え 牛乳	魚 牛乳	白米 マヨネーズ オリーブ油	トマトケチャップ キャベツ 人参 きゅうり パイン缶	冷凍パイ	598
12	金	麦ごはん 鶏レバーの味噌煮 炒めビーフン スーミタン	鶏レバー 味噌 かまぼこ 卵 かつお節	白米 押麦 砂糖 ビーフン ごま油 クリームコーン コーン 片栗粉 ごま	玉ねぎ 人参 にら キャベツ ピーマン 小ねぎ 小松菜	青菜おにぎり	507
13	土	牛肉丼 味噌汁	牛こま肉 味噌 油揚げ	白米 砂糖 里芋	玉ねぎ 人参 長ねぎ 小ねぎ 大根	おかし	447
15	月	(祝)敬老の日					
16	火	雑穀ごはん 鶏肉の唐揚げ 野菜のナムル ミルクゼリー	鶏もも肉 牛乳 アガー	白米 雑穀米 薄力粉 片栗粉 油 ごま油 砂糖	にんにく しょうが もやし 人参 ほうれん草 みかん缶 ゆかり	ゆかりおにぎり	594
17	水	お弁当デー	ベーコン チーズ	ミックス粉 コーン	玉ねぎ ピーマン トマトケチャップ	ピザパン	89
18	木	冷やし中華 野菜の中華風梅和え 鶏挽肉と青梗菜のスープ	錦糸卵 ハム 鶏挽肉 じゃこ	中華麺 砂糖 ごま油 片栗粉 白米 ごま	きゅうり ブロッコリー 人参 ねり梅 チンゲン菜 玉ねぎ しょうが しそ	じゃこと大葉の おにぎり	486
19	金	キーマカレー グリーンサラダ フルーツヨーグルト	合挽肉 ヨーグルト 牛乳 スキムミルク	白米 カレー粉 カレー粉 じゃがいも コーン オリーブ油 ミックス粉 チョコチップ	玉ねぎ 人参 にんにく トマトピューレ ブロッコリー キャベツ きゅうり りんご缶 もも缶	チョコチップ 蒸しパン	629
20	土	焼きうどん 卵スープ	豚こま肉 青のり 卵	うどん	キャベツ 玉ねぎ 人参 えのき ほうれん草	おかし	324
22	月	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き みかんサラダ 牛乳	鶏もも肉 牛乳	白米 クリームコーン マヨネーズ ミックス粉 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 みかん缶 いちごジャム いちご	いちごジャム 蒸しパン	692
23	火	(祝)秋分の日					
24	水	雑穀ごはん チキンカツ(しそ風味) もぐもぐゴンポー 牛乳	鶏ささみ ハム じゃこ 牛乳	白米 雑穀米 薄力粉 パン粉 油 マヨネーズ ごま ごま油	しそ トマトケチャップ ごぼう きゅうり 人参 高菜漬	高菜おにぎり	557
25	木	麦ごはん 魚の西京焼き 野菜の磯和え すまし汁	魚 味噌	白米 押麦 砂糖 ミックス粉 バター	キャベツ 人参 もやし ほうれん草 えのき りんご缶	りんごケーキ	488
26	金	ごはん 麻婆豆腐 もやしときゅうりの中華サラダ	豆腐 合挽肉 味噌 ベーコン 錦糸卵	白米 片栗粉 砂糖 ごま油 ごま	玉ねぎ 人参 にら しょうが もやし きゅうり	卵とベーコンの おにぎり	591
27	土	ハヤシライス 野菜のフレンチ和え	牛こま肉	白米 ハヤシルウ オリーブ油	玉ねぎ 人参 トマトピューレ キャベツ きゅうり	おかし	447
29	月	雑穀ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 野菜の梅和え オレンジゼリー	鶏こま肉 アガー 塩昆布 チーズ	白米 雑穀米 こんにゃく	れんこん ごぼう 人参 大根 きゅうり ねり梅 オレンジジュース	塩昆布とチーズの おにぎり	585
30	火	ごはん 魚の和風マリネ 豆乳スープ	魚 豆乳 ベーコン 牛乳 あんこ	白米 薄力粉 油 砂糖 ミックス粉 バター	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー	あんバターパン	651

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合があります。



『秋の味覚きのこ』

秋のおいしい味覚きのこ。きのこ類に共通していえるのは、食物繊維が豊富で低カロリー。子供の便秘改善にも効果があります。さらに、カルシウムの吸収に不可欠なビタミンDと脂肪燃焼に不可欠なビタミンB2を同時に含みます。きのこだけでは食べれない子供には、シチューやカレー、スパゲティ、グラタンなどに入れたり、バターで炒めたりすると食べやすくなります。子供が好きなメニューと組み合わせて秋の味覚きのこをおいしく食べてみてください。



『防災食の日』

9月1日は災害への認識を深め、備えを確認する『防災の日』です。9月5日に教育の一環で「防災食の日」と称し、ランチで防災食を食べる経験をします。普段のランチに比べ簡易的な食事になりますが、普段の食事との違いや食べ物の大切さをこの機会に知ってもらいたいです。



『9月17日はお弁当デー』

お弁当、水筒、お箸セットの準備をお願いします。

0・1歳児クラスは、園でお茶とスプーン、フォークを用意します。