

令和 7 年度 9 月



予定献立表



日	曜	昼食献立名	午後おやつ 献立名	延長夕食 献立名	主な材料の体内での働き		
					血や肉となる	働く力や熱 となる	体の調子を 整える
1 ・ 29	月	ごはん 鶏大根 きゅうりの中華和え 春雨と豆腐のスープ	ヨーグルト 黒糖ロール	凍り豆腐丼 味噌汁	牛乳（乳児のみ） ヨーグルト 鶏もも肉 まぐろ油漬缶 絹ごし豆腐	精白米、胚芽米 砂糖、ごま油 ごま はるさめ 黒糖ロール	大根、わかめ グリーンピース きゅうり もやし 果物
2 ・ 16	火	ごはん ホークビーンズ マカロニサラダ 味噌汁（キャベツ・麴）	牛乳 のり塩ポテト	大豆ごはん コーンスープ	牛乳 豚もも肉 大豆水煮 ハム 味噌	精白米、胚芽米 油、砂糖 マカロニ マヨドレ 麴 じゃがいも	人参、玉ねぎ きゅうり コーン キャベツ
3 ・ 17	水	ごはん さけのちゃんちゃん焼き 冬瓜のそぼろ煮 清汁（なると・ねぎ） 果物	カルピス 梨ジャムパン	しらす和風スハゲティ コンソメスープ	牛乳（乳児のみ） さけ 味噌 鶏ひき肉 なると カルピス	牛乳、胚芽米 砂糖、油 片栗粉 食パン	キャベツ、人参 玉ねぎ 冬瓜 長ねぎ 果物 梨、レモン果汁
4 ・ 25	木	カレーライス キャベツの和風サラダ 果物	牛乳 ぶどうゼリー	焼き鳥丼 味噌汁	牛乳 豚もも肉 脱脂粉乳 ゼラチン	精白米、胚芽米 じゃがいも 油、バター 小麦粉 ごま、砂糖 ぶどう天然果汁	人参、玉ねぎ キャベツ きゅうり ひじき 果物
5 ・ 19	金	けんちんうどん 豚肉の照り焼き もやしの昆布和え 果物	麦茶 5日さつまいもおにぎり 19日おはぎ	炊き込みごはん 白菜スープ	牛乳（乳児のみ） 油揚げ 豚もも肉 19日きなこ	干しうどん 砂糖、油 精白米、胚芽米 5日さつまいも、ごま 19日黒ごま	大根、人参 白菜 もやし 塩昆布 果物
6 ・ 20	土	ごはん 鶏肉の味噌焼き 小松菜のおかか和え コンソメスープ	牛乳 ハッピーターン ホームハイ	さけごはん 清汁	牛乳 鶏もも肉 味噌 かつお節	精白米、胚芽米 砂糖、油 ハッピーターン ホームハイ	小松菜 人参 玉ねぎ
8 ・ 22	月	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 ほうれん草のしらす和え 味噌汁（切干大根・いんげん）	牛乳 ばかうけ マリー	カレー南蛮	牛乳 鶏もも肉 しらす干し 味噌	精白米、胚芽米 マーマレード ばかうけ マリービスケット	ほうれん草 人参 もやし 切り干し大根 いんげん
9	火	ロールパン ジャーマンオムレツ 白菜の磯辺和え 野菜スープ	牛乳 さばごはん	ツナチャーハン 味噌汁	牛乳 卵 さば水煮缶	ロールパン じゃがいも 油 砂糖	玉ねぎ 白菜 きゅうり 焼きのり 人参、コーン しょうが
10 ・ 24	水	ごはん かじきのカレームニエル ひじきとさつまいもの煮物 清汁（小松菜・エノキ） 果物	牛乳 ツナトースト	しらす炊き込みごはん 野菜スープ	牛乳 かじき 油揚げ まぐろ油漬缶	精白米、胚芽米 小麦粉 バター さつまいも 油、砂糖 食パン、マヨドレ	ひじき 人参 小松菜 エノキ 果物
11	木	ごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜のナムル 中華スープ 果物	牛乳 焼きそば	豆腐あんかけ丼 清汁	牛乳 木綿豆腐 豚ひき肉 味噌 豚もも肉	精白米、胚芽米 ごま油、砂糖 片栗粉 ごま 中華めん	もやし 人参 チンゲン菜 オクラ、玉ねぎ 果物、青のり キャベツ、ヒーマン
12 ・ 26	金	ごはん 鶏肉のポテトフレック焼き トマトときのこのマリネ 味噌汁（凍り豆腐・玉ねぎ） 果物	牛乳 きな粉蒸しパン	洋風ヒラフ きのこのスープ	牛乳 鶏むね肉 まぐろ油漬缶 味噌 凍り豆腐 脱脂粉乳、きなこ	精白米、胚芽米 マヨドレ、油 マッシュポテト 小麦粉 砂糖	トマト しめじ キャベツ 玉ねぎ 果物
13 ・ 27	土	ごはん 豚肉と生揚げの炒め物 じゃがいものソテー 味噌汁（ほうれん草・エノキ）	牛乳 ジャムパン	煮込みうどん	牛乳 豚もも肉 生揚げ 味噌	精白米、胚芽米 油、砂糖 じゃがいも 食パン いちごジャム	人参 玉ねぎ ヒーマン ほうれん草
18	木	ごはん 花しゅうまい かぼちゃのリヨネース コンソメジュリアン 果物	ジョアマスカット くまマフィン	かぼちゃごはん 味噌汁	牛乳 豚ひき肉 絹ごし豆腐 ベーコン ジョアマスカット	精白米、胚芽米 片栗粉 しゅうまいの皮 バター 小麦粉、砂糖 油、ココア	玉ねぎ しょうが コーン、グリーンピース 人参、かぼちゃ ハセリ、キャベツ セロリ、果物
30	火	ごはん レハーの香り揚げ 白菜の磯辺和え 野菜スープ	牛乳 焼きそば	ツナチャーハン 味噌汁	牛乳 鶏レハー 豚もも肉	精白米、胚芽米 片栗粉、油 ごま油 中華めん	ヒーマン、しょうが 白菜 きゅうり 焼きのり 人参、コーン キャベツ、青のり

☆誕生会☆

- ※ 乳児には、朝おやつとして牛乳が毎日つきます。
 ※ 19時の延長には、市販菓子やパンを提供します。
 ※ 今月の果物はオレンジとバナナを予定しています。
 ※ 献立は都合により変更することがあります。

アレルギー等に配慮し、使用食材を明記しています。各家庭で御確認ください。