

2025年度9月 献立予定表

ニチキッズあいすみさかふじ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	()内は3歳未満児
1 29 (月)	ご飯 オクラのおみそ汁 高野豆腐と団子の煮物 こまつなのゆかり和え バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、オクラ、にんじん、だいこん、みそ/凍り豆腐、豚ひき肉、ひじき、にんじん、片栗粉、食塩、清酒・上撰、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん/こまつな、もやし、コーン(冷凍)、カルシウムふりかけ ゆかり/バナナ/牛乳/かんてん(粉)、水、砂糖、みかん濃縮果汁、みかん缶/お子様せんべい	牛乳	550(483) kcal
			ウエハース	22.6(19.9) g
			牛乳	15.5(15.8) g
			果実入りみかんゼリー・おせんべい	
2 16 30 (火)	ご飯 さつまいものスープ 焼き油林鶏(クーリンチー) なすのツナみそ炒め りんご	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、さつまいも、いんげん、鶏がらスープの素、しょうゆ、食塩/たまねぎ、砂糖、しょうゆ、酢、鶏もも肉、食塩、片栗粉、油/油、なす、キャベツ、にんじん、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ、みそ/りんご/牛乳/にんじん、ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、砂糖	牛乳	503(447) kcal
			ビスケット	19.5(18.3) g
			牛乳	11.8(12.3) g
			にんじんスティックパン	
3 17 (水)	手作りふりかけご飯 もやしのおみそ汁 さばの照り焼き かぼちゃサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米、塩こんぶ、ごま、あおのり、かつお節、しょうゆ、みりん、にんじん/かつおだし汁、もやし、オクラ、カットわかめ、米みそ(甘みそ)/さば、しょうゆ、みりん、砂糖/かぼちゃ、きゅうり、コーン(冷凍)、にんじん、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)/バナナ/牛乳/魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、牛乳、卵、油	牛乳	589(503) kcal
			クラッカー	22.7(19.5) g
			牛乳	23.5(20.8) g
			アメリカンドッグ	
4 18 (木)	ご飯 じゃがいものスープ BBQチキン チンゲンサイのおかか和え オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、じゃがいも、たまねぎ、ブロッコリー、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、おろししょうが、中濃ソース、ケチャップ、砂糖/チンゲンサイ、にんじん、切り干しだいこん、コーン(冷凍)、しょうゆ、かつお節/オレンジ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、コーン(冷凍)、にんじん、食塩、無塩バター	牛乳	466(414) kcal
			おせんべい	19.3(18.0) g
			牛乳	8.8(9.5) g
			コーンバターピラフ	
5 19 (金)	ご飯 なすのおみそ汁 さけのゆうあん焼き じゃがいもの金平 りんご	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、なす、たまねぎ、にら、油揚げ、みそ/さけ、しょうゆ、レモン果汁、みりん/油、じゃがいも、にんじん、ピーマン、砂糖、しょうゆ/りんご/牛乳/無塩バター、砂糖、卵、小麦粉、玄米フレーク	牛乳	512(458) kcal
			ウエハース	20.4(18.9) g
			牛乳	15.7(16.1) g
			玄米フレーククッキー	
6 20 (土)	ご飯 かぼちゃのすまし汁 鶏肉のコーンみそ焼き きゅうりの酢の物 バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、かぼちゃ、こまつな、葉ねぎ、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、クリームコーン缶、砂糖、米みそ(甘みそ)/きゅうり、オクラ、にんじん、カットわかめ、砂糖、しょうゆ、酢/バナナ/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳	456(409) kcal
			ビスケット	19.9(18.6) g
			牛乳	8.5(9.7) g
			マカロニきな粉	
8 22 (月)	タコライス 豆腐のおみそ汁 いんげんのごまよごし バナナ	牛乳/クラッカー/米、油、豚ひき肉、たまねぎ、カレー粉、中濃ソース、ケチャップ、砂糖、キャベツ、にんじん、コーン(冷凍)/かつおだし汁、絹ごし豆腐、カットわかめ、オクラ、米みそ(甘みそ)/いんげん、もやし、ごま、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/8日:さつまいも、砂糖、牛乳、きな粉、砂糖、食塩/22日:ごま油、豚肉(肩ロース)、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、砂糖、しょうゆ、鶏がらスープの素、カレー粉	牛乳	555(487) kcal
			クラッカー	18.3(17.0) g
			牛乳	13.5(13.7) g
			8日:さつまいも団子/22日:カレーピーマン	
9 25 (火)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 がんもどき さつまいものオープン焼き なし	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、だいこん、米みそ(甘みそ)、油揚げ/油、木綿豆腐、ひじき、しらす干し、にんじん、葉ねぎ、グリーンピース、食塩、しょうゆ、片栗粉/さつまいも、食塩、油/なし/牛乳/無塩バター、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、牛乳	牛乳	488(438) kcal
			ウエハース	18.3(16.7) g
			牛乳	16.3(16.7) g
			スコーン	
10 26 (水)	ご飯 さといものおみそ汁 さばのしょうが焼き ピーマンのおかか炒め バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、さといも、たまねぎ、いんげん、みそ/さば、おろししょうが、しょうゆ/ごま油、ピーマン、にんじん、コーン(冷凍)、しょうゆ、かつお節/バナナ/牛乳/10日:油、たまねぎ、ベーコン、じゃがいも、パセリ粉、食塩、片栗粉、ケチャップ、とろけるチーズ/26日:ホットケーキ粉、牛乳、豚ひき肉、葉ねぎ、おろししょうが、片栗粉、しょうゆ、ごま油、お好みソース	牛乳	520(454) kcal
			おせんべい	21.1(18.9) g
			牛乳	17.9(16.6) g
			10日:ポテトピザ/26日:おかず蒸しパン	
11 25 (木)	カレーピラフ いんげんのおみそ汁 きゅうりとツナのサラダ オレンジ	牛乳/クラッカー/米、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、カレー粉、食塩/かつおだし汁、いんげん、だいこん、みそ/きゅうり、ツナ水煮缶、カットわかめ、ごま油、レモン果汁、しょうゆ/オレンジ/牛乳/油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま、牛乳	牛乳	479(424) kcal
			クラッカー	16.2(15.2) g
			牛乳	15.4(15.0) g
			セサミクッキー	
12 24 (金)	ご飯 こまつなのおみそ汁 のり塩チキン かぼちゃのオレンジ煮 なし	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、こまつな、たまねぎ、にんじん、みそ/鶏もも肉、おろしにんにく、みりん、食塩、あおのり/かぼちゃ、さつまいも、えだまめ(冷凍)、水、オレンジ濃縮果汁、砂糖/なし/牛乳/12日:米、きな粉、砂糖、黒ごま、砂糖/24日:油、たまねぎ、ベーコン、じゃがいも、パセリ粉、食塩、片栗粉、ケチャップ、とろけるチーズ	牛乳	520(464) kcal
			ウエハース	20.3(18.7) g
			牛乳	10.0(11.6) g
			12日:2色おはぎ/24日:ポテトピザ	
13 27 (土)	ご飯 ミネストローネ風スープ 厚揚げの中華煮 ブロッコリーの甘酢和え バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、油、おろしにんにく、キャベツ、トマト、砂糖、ケチャップ、食塩/豚肉(肩ロース)、酒、生揚げ、葉ねぎ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ、ごま油、しょうが、にんにく、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉/ブロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、砂糖、酢、食塩/バナナ/牛乳/食パン、無塩バター、粉チーズ	牛乳	581(483) kcal
			ビスケット	21.0(17.8) g
			牛乳	19.9(17.5) g
			チーズトースト	

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っていません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



9月平均栄養量	
521(457) kcal	
20.2(18.3) g	
14.9(14.7) g	