



2025年度9月 献立予定表



ニチキッズ北たみや保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
1 29 (月)	ご飯 オクラのおみそ汁 さばの照り焼き こまつなのゆかり和え グレープフルーツ	牛乳/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/さば、しょうゆ、みりん、砂糖/こまつな、もやし、コーン（冷凍）、カルシウムふりかけ ゆかり/グレープフルーツ/牛乳/かんてん（粉）、水、砂糖、ぶどう濃縮果汁、ぶどう/お子様せんべい	牛乳 ウエハース 牛乳 果実入りぶどうゼリー・おせんべい	401 kcal 15.8 g 12.8 g
2 16 30 (火)	ご飯 さつまいものスープ 焼き油林鶏（ユーリンチー） 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、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/米、塩こんぶ	牛乳 ビスケット 牛乳 昆布おにぎり	452 kcal 18.1 g 10.8 g
3 17 (水)	ご飯 もやしのおみそ汁 高野豆腐と団子の煮物 かぼちゃサラダ グレープフルーツ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、もやし、オクラ、カットわかめ、みそ/凍り豆腐、豚ひき肉、ひじき、にんじん、片栗粉、食塩、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、こまつな/かぼちゃ、きゅうり、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨネーズ/グレープフルーツ/牛乳/切り干しだいこん、しらす干し、あおのり、片栗粉、米粉、鶏がらスープの素、ごま油、しょうゆ	牛乳 クラッカー 牛乳 だいこん餅	431 kcal 17.7 g 13.4 g
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/無塩バター、砂糖、卵、小麦粉、玄米フレーク	牛乳 おせんべい 牛乳 玄米フレーククッキー	426 kcal 18.1 g 13.9 g
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/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/米、きな粉、砂糖、黒ごま、砂糖	牛乳 ウエハース 牛乳 2色おはぎ	451 kcal 19.3 g 11.8 g
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 パナナ	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、かぼちゃ、こまつな、ねぎ、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、クリームコーン缶、砂糖、みそ/きゅうり、オクラ、にんじん、カットわかめ、砂糖、酢、しょうゆ/パナナ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、食塩、水、油、豚ひき肉、ねぎ、おろししょうが、片栗粉、しょうゆ、ごま油	牛乳 ビスケット 牛乳 ミニ肉まん	435 kcal 18.8 g 11.7 g
8 22 (月)	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 グレープフルーツ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、だいこん、みそ/油、木綿豆腐、ひじき、しらす干し、にんじん、ねぎ、えだまめ（冷凍）、食塩、しょうゆ、片栗粉/さつまいも、食塩/グレープフルーツ/牛乳/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 クラッカー 牛乳 カレービーフン	435 kcal 16.1 g 13.5 g
9 (火)	タコライス 豆腐のおみそ汁 いんげんのごまよごし なし	牛乳/ウエハース/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、みそ/いんげん、もやし、ごま、砂糖、しょうゆ/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 ウエハース 牛乳 スコーン	438 kcal 16.7 g 16.7 g
10 24 (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 パナナ	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/パナナ/牛乳/さつまいも	牛乳 おせんべい 牛乳 ふかし芋	424 kcal 16.7 g 13.0 g
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 クラッカー 牛乳 セサミクッキー	424 kcal 15.2 g 15.0 g
12 26 (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/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/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 ウエハース 牛乳 コーンバターピラフ	446 kcal 17.7 g 10.7 g
13 27 (土)	ご飯 ミネストローネ風スープ かれの磯焼き ブロッコリーの甘酢和え パナナ	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、じゃがいも、砂糖、ケチャップ、食塩/かれのい、食塩、米粉、あおのり/ブロッコリー、にんじん、コーン（冷凍）、砂糖、酢、食塩/パナナ/牛乳/食パン、無塩バター、粉チーズ	牛乳 ビスケット 牛乳 チーズトースト	419 kcal 18.5 g 11.5 g

◎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、喫食確認を行っておりません。

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	
432 kcal	
17.5 g	
12.8 g	