# 2025年度9月 献立予定表（完了食）

ニチイキッズ高松天神前保育園

| 日付 | 献立名 | 材料名 | 午前おやつ<br>午後おやつ | エネルギー<br>たんぱく質<br>脂質 |
|---|---|---|---|---|
| 1<br>29<br>（月） | ご飯<br>オクラのおみそ汁<br>さばの照り焼き<br>こまつなのゆかり和え<br>グレープフルーツ | 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／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<br>ウエハース<br>牛乳<br>果実入りぶどうゼリー・おせんべい | 401 kcal<br>15.8 g<br>12.8 g |
| 2<br>16<br>30<br>（火） | ご飯<br>さつまいものスープ<br>焼き油林鶏（ユーリンチー）<br>なすのツナみそ炒め<br>煮りんご | 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／にんじん、ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、砂糖 | 牛乳<br>ビスケット<br>牛乳<br>にんじんスティックパン | 437 kcal<br>17.9 g<br>11.4 g |
| 3<br>17<br>（水） | ご飯<br>もやしのおみそ汁<br>高野豆腐と団子の煮物<br>かぼちゃサラダ<br>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、小麦粉、鶏がらスープの素、ごま油、しょうゆ | 牛乳<br>クラッカー<br>牛乳<br>だいこん餅 | 431 kcal<br>17.7 g<br>13.4 g |
| 4<br>18<br>（木） | ご飯<br>じゃがいものスープ<br>BBQチキン<br>チンゲンサイのおかか和え<br>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<br>おせんべい<br>牛乳<br>コーンバターピラフ | 413 kcal<br>18.0 g<br>9.3 g |
| 5<br>19<br>（金） | ご飯<br>なすのおみそ汁<br>さけのゆうあん焼き<br>じゃがいもの金平<br>煮りんご | 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<br>ウエハース<br>牛乳<br>玄米フレーククッキー | 458 kcal<br>18.9 g<br>16.1 g |
| 6<br>20<br>（土） | ご飯<br>かぼちゃのすまし汁<br>鶏肉のコーンみそ焼き<br>きゅうりの酢の物<br>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、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／バナナ／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<br>ビスケット<br>牛乳<br>ミニ肉まん | 435 kcal<br>18.8 g<br>11.7 g |
| 8<br>22<br>（月） | ご飯<br>チンゲンサイのおみそ汁<br>がんもどき<br>さつまいものオーブン焼き<br>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、ビーフン、砂糖、しょうゆ、鶏がらスープの素、カレー粉 | 牛乳<br>クラッカー<br>牛乳<br>カレービーフン | 435 kcal<br>16.1 g<br>13.5 g |
| 9<br>（火） | タコライス<br>豆腐のおみそ汁<br>いんげんのごまよごし<br>なしのコンポート | 牛乳／カルテツウエハース／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<br>ウエハース<br>牛乳<br>スコーン | 438 kcal<br>16.7 g<br>16.7 g |
| 10<br>24<br>（水） | ご飯<br>さといものおみそ汁<br>さばのしょうが焼き<br>ピーマンのおかか炒め<br>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／さつまいも | 牛乳<br>おせんべい<br>牛乳<br>ふかし芋 | 424 kcal<br>16.7 g<br>13.0 g |
| 11<br>25<br>（木） | カレーピラフ<br>いんげんのおみそ汁<br>きゅうりとツナのサラダ<br>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<br>クラッカー<br>牛乳<br>セサミクッキー | 424 kcal<br>15.2 g<br>15.0 g |
| 12<br>26<br>（金） | ご飯<br>こまつなのおみそ汁<br>のり塩チキン<br>かぼちゃのオレンジ煮<br>なしのコンポート | 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／米、きな粉、砂糖、黒ごま、砂糖 | 牛乳<br>ウエハース<br>牛乳<br>２色おはぎ | 452 kcal<br>18.2 g<br>11.0 g |
| 13<br>27<br>（土） | ご飯<br>ミネストローネ風スープ<br>フィッシュ＆チップス<br>ブロッコリーの甘酢和え<br>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／油、かれい、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、食塩、水、油、じゃがいも、食塩、たまねぎ、ノンエッグマヨネーズ／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<br>ビスケット<br>牛乳<br>チーズトースト | 465 kcal<br>20.2 g<br>14.2 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。
◎乳児クラスは未食の食材は給食で提供しません。
　食品確認票と献立表の材料名内の**太字**を参考にご家庭で２回以上
　喫食しましたらお知らせ下さい。
◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。

| 9月平均栄養量 | |
|---|---|
| 434 | kcal |
| 17.6 | g |
| 12.9 | g |