



9月 献立表



令和7年

境川幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 月	わかめご飯 味噌汁 鶏肉と根菜の煮物 なめたけ和え チーズ	マーマレードマフィン 牛乳	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ 鶏卵 牛乳	米 さつま芋 油 無塩バター 砂糖 薄力粉 マーマレード	わかめご飯の素 干しいたけ 長ねぎ 昆布 大根 ごぼう 人参 白菜 ほうれん草 なめ茸	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
2 火	ご飯 味噌汁 ちくわの磯辺揚げ 野菜と炒り玉子の和え物 パナナ	レーズン蒸しパン 牛乳	高野豆腐 味噌 焼き竹輪 鶏卵 牛乳	米 じゃが芋 薄力粉 油 砂糖	干しいたけ 切干大根 昆布 青のり キャベツ 人参 小松菜 パナナ レーズン	水 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
3 水	ご飯 コンソメスープ ハンバーグハヤシソース ブロッコリーサラダ パイナップル	ジャムヨーグルト クラッカー	豚肉 木綿豆腐 ヨーグルト スキムミルク	米 パン粉 油 砂糖 クラッカー	南瓜 えのき茸 チンゲン菜 玉ねぎ ブロッコリー もやし 人参 パイナップル りんごソース	水 チキンスープの素 塩 ハヤシブレイク 殺物酢
4 木	【白露】夕焼けご飯 すまし汁 さばの塩焼き 茄子の味噌炒め 梨	焼き芋 牛乳	さば 味噌 牛乳	米 小切麩 油 砂糖 さつま芋	人参 干しいたけ しょうが 白菜 万能ねぎ 昆布 なす 玉ねぎ グリーンピース 梨	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩
5 金	焼きそば 中華スープ わかめサラダ ジョア	おかかおにぎり 小魚	豚肉 ジョアかつお節 煮干し	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり しめじ 小松菜 わかめ 大根 バブリカ	中濃ソース 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 殺物酢
8 月	ご飯 味噌汁 鶏肉のみりん焼き ひじきとさつま揚げの煮物 チーズ	パルミエ 牛乳	油揚げ 味噌 鶏肉 さつま揚げ チーズ 牛乳	米 さつま芋 砂糖 油 パイシート グラニュー糖	干しいたけ 長ねぎ 昆布 しょうが ひじき 人参 しらたき	水 こいくちしょうゆ みりん 万能つゆ
9 火	味噌鶏そぼろ丼 すまし汁 かぼちゃの煮物 グレープフルーツ	マシュマロおこし 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 コーンフレーク マシュマロ	玉ねぎ しょうが グリンピース 干しいたけ 人参 キャベツ 昆布 南瓜 グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん
10 水	ご飯 味噌汁 えびと野菜の玉子焼き 納豆和え オレンジ	ココアちんすこう 牛乳	味噌 鶏卵 えび 納豆 牛乳	米 小切麩 砂糖 薄力粉 油	干しいたけ 大根 もやし 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース 白菜 小松菜 オレンジ	水 こいくちしょうゆ 塩 ベーキングパウダー ココア
11 木	ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ キャベツの海苔和え パナナ	ゼリー(青りんご味) ウエハース	高野豆腐 味噌 いわしの煮付	米 青りんごゼリーの素 ウエハース	干しいたけ なす 万能ねぎ 昆布 キャベツ きゅうり コーン 焼きのり パナナ	水 こいくちしょうゆ
12 金	鶏丼 味噌汁 スパゲティサラダ パイナップル	パウンドケーキ 牛乳	鶏肉 木綿豆腐 味噌 鶏卵 牛乳	米 油 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 無塩バター 砂糖	玉ねぎ 人参 干しいたけ なめこ ほうれん草 昆布 きゅうり パイナップル	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 ベーキングパウダー
16 火	中華丼 中華スープ ビーフン中華サラダ グレープフルーツ	かぼちゃ茶巾 牛乳	豚肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ビーフン 油 ごま	白菜 玉ねぎ 人参 コーン 長ねぎ 干しいたけ きゅうり グレープフルーツ 南瓜	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 殺物酢 万能つゆ
17 水	麦ご飯 ポークカレー トマトドレッシングサラダ ゼリー(グレープフルーツ味)	コーン蒸しパン 牛乳	鶏肉 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 油 グレープフルーツゼリーの素 コーン	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり バブリカ 薄力粉	水 カレールウ トマトドレッシング こいくちしょうゆ ベーキン グパウダー
18 木	玄米入りごま塩ご飯 味噌汁 野菜入り玉子焼き 白菜の梅和え オレンジ	ぶどうゼリー ウエハース	高野豆腐 味噌 鶏卵 干しえび	米 玄米 ごま さつま芋 ごま油 砂糖 ウエハース	干しいたけ 切干大根 昆布 万能ねぎ 人参 白菜 ほうれん草 ねりうめ オレンジ ぶどうジュース アガー	水 塩 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ
19 金	ご飯 きのことスープ ツナじゃが 大根のマヨサラダ グレープフルーツ	キャロット蒸しパン 牛乳	かつおフレーク 牛乳	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖	人参 えのき茸 しめじ パセリ 玉ねぎ しらたき しょうが グリーンピース 大根 チンゲン菜 グレープフルーツ	水 チキンスープの素 塩 万能つゆ ベーキングパウダー
22 月	【秋分】炊き込みご飯 味噌汁 鮭のあけぼの焼き 小松菜のお浸し パイナップル	二色おはぎ 牛乳	鶏肉 油揚げ 味噌 鮭 かつお節 きな粉 つぶあん 牛乳	米 小切麩 ノンエッグマヨネーズ もち米 砂糖	干しいたけ 人参 さやいんげん 南瓜 わかめ 昆布 小松菜 白菜 パイナップル	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩
24 水	野菜パン マカロニスープ 鶏肉のカレー風味炒め キャベツのマリネサラダ ジョア	塩昆布おにぎり	鶏肉 ジョア	野菜パン マカロニ 油 砂糖 米	人参 チンゲン菜 玉ねぎ ビーマン しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン 塩昆布	水 チキンスープの素 塩 万能つゆ 料理酒 カレー粉 殺物酢
25 木	ふりかけご飯 味噌汁 ペーコン入り玉子焼き ポテトの和風バター和え グレープフルーツ	フルーツパン 牛乳	ふりかけかつお 高野豆腐 味噌 鶏卵 ペーコン クリーム 牛乳	米 砂糖 じゃが芋 無塩バター フルーツパン クリーム 牛乳	干しいたけ 大根 ほうれん草 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 塩
26 金	ご飯 きのこと汁 厚揚げのそぼろ煮 キャベツの和え物 チーズ	ジャムサンドクラッカー 牛乳	厚揚げ 鶏肉 チーズ 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖 ごま油 いちごジャム クラッカー	干しいたけ しめじ えのき茸 まいたけ 昆布 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり	水 こいくちしょうゆ 塩 万能つゆ みりん 殺物酢
29 月	豚丼 味噌汁 大根のごま和え オレンジ	ポップコーン 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま ポップコーン	玉ねぎ 焼きのり 干しいたけ わかめ 小松菜 昆布 大根 人参 コーン オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ
30 火	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の炒め物 きゅうりともやしのゆかり和え グレープフルーツ	ココア蒸しパン 牛乳	味噌 豚肉 牛乳	米 じゃが芋 小切麩 油 薄力粉 砂糖	干しいたけ 昆布 キャベツ 人参 ビーマン きゅうり もやし ゆかり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん ベーキングパウダー ココア

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼 児 目 標 量	566	19.8	16.4	270	1.6
乳 児 平 均 量	562	20	16.8	270	1.5
乳 児 目 標 量	462	16.2	13.3	225	1.3
乳 児 平 均 量	445	15.7	13.2	215	1.3

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。