

9月給食献立予定表「幼児食」

9月食育目標～早寝、早起きしっかり食べよう朝ごはん～

鴨島ひかり乳幼児保育園

※都合により献立を変更することがあります。

2025年8月

日	曜	行事予定	おやつ	献立	材料名	おやつ	エネルギー
			9:00			15:00	タンパク質
1	月		ヨーグルト	ご飯 魚のみぞれ煮 小松菜のソテー 味噌汁 梨	米 鯖 大根 小松菜 玉ねぎ 人参 ハム きゃべつ 油揚げ 生しいたけ ねぎ	ピザ風蒸しパン 牛乳	411kcal 18.3g
2	火		バナナ 牛乳	ご飯 照焼ハンバーグ かぼちゃの煮物 味噌汁 オレンジ	米 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 パン粉 卵 かぼちゃ 白菜 絹豆腐	ツナマヨおにぎり 牛乳	474kcal 16.8g
3	水	園開放	ヨーグルト	ご飯 幽庵焼き トマト ほうれん草の白和え 味噌汁 梨	米 鮭 すだち ほうれん草 人参 木綿豆腐 茄子 玉ねぎ ねぎ	芋天 牛乳	407kcal 17.0g
4	木		バナナ 牛乳	ご飯 豚の生姜煮 ポテトサラダ 味噌汁 オレンジ	米 豚肉 生姜 じゃが芋 きゅうり 人参 マヨネーズ きゃべつ しめじ ねぎ	ぶどうゼリー せんべい 牛乳	430kcal 16.4g
5	金		ビスケット 牛乳	スタミナ丼 春雨サラダ 味噌汁 りんご	米 牛肉 きゃべつ 人参 玉ねぎ ピーマン 春雨 人参 きゅうり ツナ缶 おつゆ麩 ねぎ	メロンパン 牛乳	458kcal 16.7g
6	土		せんべい 牛乳	ご飯 煮込みうどん きゃべつの甘酢和え バナナ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 生しいたけ うどん きゃべつ 人参	いちごスティック 牛乳	471kcal 19.4g
7	日						
8	月	合同礼拝	ヨーグルト	ご飯 鮭のパン粉焼き きゃべつのすだち酢和え 味噌汁 オレンジ	米 鮭 パン粉 カレールー ヨーグルト きゃべつ 人参 ハム すだち さつま芋 わかめ 玉ねぎ	マカロニきな粉 牛乳	490kcal 22.9g
9	火		バナナ 牛乳	ご飯 ポークビーンズ ブロッコリーサラダ すまし汁 りんご	米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 大豆(煮) ブロッコリー 人参 コーン缶 しめじ 白菜 ねぎ	スイートポテト 牛乳	439kcal 19.2g
10	水		ヨーグルト	ご飯 洋風玉子焼き 白菜のしらす和え 味噌汁 オレンジ	米 卵 ベーコン じゃが芋 玉ねぎ ケチャップ 白菜 人参 しらす 絹ごし豆腐 小松菜	マフィン 牛乳	407kcal 14.2g
11	木	身体計測	バナナ 牛乳	ご飯 グラタン ほうれん草のサラダ 味噌汁 りんご	米 鶏もも肉 玉ねぎ しめじ 小麦粉 牛乳 バター ほうれん草 人参 かぼちゃ きゃべつ	海苔おにぎり 牛乳	468kcal 17.4g
12	金	身体計測	ビスケット 牛乳	お魚3色ご飯 切干大根の煮物 味噌汁 オレンジ	米 鮭 しらす 味付け海苔 切干大根 人参 生しいたけ 茄子 玉ねぎ 油揚げ ねぎ	サンドイッチ 牛乳	452kcal 21.1g
13	土		せんべい 牛乳	五目チャーハン 味噌汁 バナナ	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン 生しいたけ 絹ごし豆腐 わかめ	コーンフレーク 牛乳	410kcal 14.5g
14	日						
15	月						
16	火	身体計測	バナナ 牛乳	3色そばろ丼 ブロッコリーのフレンチサラダ 味噌汁 りんご	米 鶏ミンチ 玉ねぎ 卵 ほうれん草 きゃべつ 人参 コーン缶 わかめ おつゆ麩	焼きそば 牛乳	532kcal 22.2g
17	水	身体計測 遊びに きませんか	ヨーグルト	ご飯 鮭のチーズフライ かぼちゃのいとこ煮 味噌汁 オレンジ	米 鮭 パン粉 粉チーズ かぼちゃ 小豆 きゃべつ 人参 生しいたけ ねぎ	バナナスティック 牛乳	486kcal 17.7g
18	木		バナナ 牛乳	ご飯 マーボー豆腐 ほうれん草の海苔和え すまし汁 りんご	米 絹ごし豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 生しいたけ ほうれん草 人参 刻み海苔 じゃが芋 わかめ	ココア フレンチトースト 牛乳	439kcal 18.2g
19	金	避難訓練	ビスケット 牛乳	ご飯 魚の生姜煮 茄子の味噌炒め かきたま汁 オレンジ	米 鯖 生姜 茄子 玉ねぎ 人参 ピーマン わかめ 卵 チンゲン菜	ひじきおにぎり 牛乳	452kcal 18.0g
20	土	ひかり秋まつり		秋まつりのため給食の提供はありません			
21	日						
22	月		ヨーグルト	チキンカレー マカロニサラダ バナナ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールー マカロニ きゅうり 人参 マヨネーズ	ホットケーキ 牛乳	463kcal 17.8g
23	火						
24	水		ヨーグルト	ご飯 鮭のみそ味噌マヨネーズ焼き 白菜のすだち酢和え すまし汁 オレンジ	米 鮭 玉ねぎ 味噌 マヨネーズ 白菜 人参 きゅうり すだち	バターロール 牛乳	402kcal 18.5g
25	木		バナナ 牛乳	ご飯 肉じゃが ひじきサラダ 味噌汁 りんご	米 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ひじき 人参 きゅうり マヨネーズ 白菜 油揚げ 生しいたけ ねぎ	おはぎ 牛乳	540kcal 18.8g
26	金	誕生会	ビスケット 牛乳	【誕生会】おにぎり ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ 味噌汁 梨	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 トマトホール缶 ケチャップ スパゲティ ブロッコリー 人参 コーン缶 ほうれん草 絹ごし豆腐	誕生ケーキ 牛乳	477kcal 21.0g
27	土		せんべい 牛乳	野菜あんかけご飯 味噌汁 バナナ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 しめじ 絹ごし豆腐 ねぎ わかめ	スイートポテト 牛乳	406kcal 16.0g
28	日						
29	月		ヨーグルト	ご飯 和風ミートローフ きゃべつの甘酢和え すまし汁 オレンジ	米 合挽ミンチ 玉ねぎ 生しいたけ 味噌 きゃべつ 人参 ツナ缶 わかめ 絹ごし豆腐 ねぎ	牛乳寒天 せんべい 番茶	436kcal 17.3g
30	火		バナナ 牛乳	ご飯 鯖の南蛮漬け 煮浸し 味噌汁 りんご	米 鯖 玉ねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン ピーマン 小松菜 人参 厚揚げ さつま芋 きゃべつ	コーンフレーク 牛乳	461kcal 18.7g