



令和7年度 9月給食献立

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。



若鮎こども園

栄養士:三木

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 月	麦ごはん	豚肉のカレー炒め キャベツのツナ和え	レタス スープ	米 押し麦 豚肉 玉葱 人参 いんげん カレー粉 キャベツ ツナ レタス ベーコン	なし 豆乳
2 火	虹いろ ごはん	鯖のレモン風味焼き 磯和え	大根の 味噌汁	米 虹色米 鯖 えのき茸 人参 しめじ 玉葱 レモン汁 ほうれん草 かまぼこ もみのり 大根 油揚げ わかめ 味噌	アイスクリーム 豆乳
3 水	ふりかけ ごはん	秋野菜のかき揚げ チンゲン菜の和風炒め	すまし汁	米 かつおふりかけ ちくわ なす さつま芋 玉葱 人参 天ぷら粉 チンゲン菜 鶏ミンチ 絹豆腐 青葱	おさつチップ 豆乳
4 木	虹いろ ごはん	牛肉とごぼうの土佐煮 ブロッコリーのごま和え	白菜の 味噌汁	米 虹色米 ごぼう 牛肉 人参 こんにゃく 花かつお ブロッコリー すりごま 白菜 玉葱 味噌	※揚げ野菜せんべい 豆乳
5 金	きのこ ごはん	鮭の塩こうじ焼き 切り干し大根煮	もやしの 味噌汁	米 人参 しめじ まいたけ 油揚げ 鮭 塩こうじ 切り干し大根 干し椎茸 もやし 玉葱 青葱 味噌	おやつバイキング 豆乳
6 土	パン・ジュース				
7 日					
8 月	虹いろ ごはん	鶏肉の味噌マヨ焼き 小松菜の和え物	すまし汁	米 虹色米 鶏もも肉 卵なしマヨネーズ 味噌 小松菜 白菜 人参 花麩 玉葱 三つ葉	※ふかし芋(さつま芋) 豆乳
9 火	虹いろ ごはん	カレイの野菜あんかけ ブロッコリーのおかか和え	えのきの 味噌汁	米 虹色米 カレイ 人参 玉葱 ピーマン ブロッコリー 花かつお えのき茸 青葱 味噌	※りんごゼリー 豆乳
10 水	虹いろ ごはん	豚肉のマーマレード焼き れんこんサラダ	なすの 味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 土生姜 マーマレード れんこん 人参 胡瓜 ツナ 和風ごまドレッシング なす 油揚げ 味噌	星たべよ 豆乳クッキー 豆乳
11 木	炊込み ごはん	赤魚の照り焼き 白菜の梅和え	豆乳味噌汁	米 ごぼう 油揚げ まいたけ 人参 赤魚 土生姜 白菜 梅肉 青じそドレッシング 南瓜 玉葱 青葱 豆乳 味噌	花花せんべい するめ 豆乳
12 金	ごはん	秋野菜カレー ハムサラダ		米 牛肉 さつま芋 人参 玉葱 しめじ 椎茸 カレールウ キャベツ コーン ハム	サクッとあられ DHAかぼちゃクッキー 豆乳
13 土	お弁当				
14 日					
15 月	敬老の日				
16 火	虹いろ ごはん	きのこ入り煮込みハンバーグ ブロッコリーサラダ	わかめ スープ	米 虹色米 豚ミンチ 牛ミンチ 玉葱 卵 パン粉 豆乳 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース バター しめじ 水煮マッシュルーム ブロッコリー 人参 わかめ えのき茸	ひこうきビスケット 豆乳
17 水	虹いろ ごはん	タラの味噌マヨネーズ焼き ひじきの炒り煮	すまし汁	米 虹色米 タラ 卵なしマヨネーズ 味噌 ひじき 水煮大豆 人参 油揚げ 干し椎茸 かまぼこ 大根 玉葱 三つ葉	※レモンクッキー 豆乳
18 木	わかめ ごはん	鶏肉のから揚げ 春雨サラダ	さつま芋の 味噌汁	米 炊き込みわかめ 鶏もも肉 土生姜 春雨 ハム 人参 キャベツ さつま芋 玉葱 青葱 味噌	マリービスケット 豆乳
19 金	虹いろ ごはん	鯖の葱ポン酢焼き チンゲン菜ソテー	赤だし	米 虹色米 鯖 白葱 チンゲン菜 人参 ベーコン おつゆ麩 玉葱 しめじ わかめ 赤味噌	※きょうりゅうのたまご 豆乳
20 土	パン・ジュース				
21 日					
22 月	虹いろ ごはん	ツナ入り卵焼き きんぴらごぼう	小松菜の 味噌汁	米 虹色米 卵 ツナ 玉葱 人参 青葱 ごぼう こんにゃく いりごま 小松菜 しめじ 味噌	※おはぎ お茶
23 火	秋分の日				
24 水	ごはん	ヒレカツ コーンサラダ	オニオン スープ	米 豚肉 小麦粉 パン粉 卵 ウスターソース コーン キャベツ 人参 玉葱 えのき茸 パセリ	ムーンライト きなこ餅 豆乳
25 木	ひじき ごはん	高野豆腐の含め煮 白菜の塩こぶ和え	じゃが芋の 味噌汁	米 人参 ひじき 油揚げ 鶏もも肉 高野豆腐 れんこん 干し椎茸 こんにゃく 白菜 胡瓜 塩昆布 すりごま じゃが芋 玉葱 わかめ 味噌	なし 豆乳
26 金	虹いろ ごはん	焼きししゃも ほうれん草の納豆和え	南瓜の 味噌汁	米 虹色米 ししゃも ほうれん草 もやし 人参 納豆 南瓜 玉葱 青葱 味噌	おとうふ屋さんのビスケット ミニいも花子 豆乳
27 土	パン・ジュース(運動会)				
28 日					
29 月	虹いろ ごはん	豚肉とさつま芋のしょうゆ煮 ブロッコリーのゆかり和え	ブナピーの 味噌汁	米 虹色米 豚肉 さつま芋 土生姜 ブロッコリー 人参 ゆかり ブナピー 玉葱 油揚げ 青葱 味噌	※チーズおかかおにぎり お茶
30 火	麦ごはん	魚のチリソース カラフルサラダ	コンソメ スープ	米 押し麦 タラ 白葱 土生姜 ケチャップ キャベツ レッドキャベツ コーン 玉葱 人参 しめじ ベーコン	ケーキ(マロン) 豆乳

※は、手作りおやつです。

