



9月の献立



令和7年

向島保育園

| 曜日 | 主食 | 献立 | 材料 | 3時のおやつ |
|------------------|-------------|--|--|-----------------|
| 1 (月) | ごはん | 白身魚の西京焼き 小松菜の煮びたし 防災訓練スープ オレンジ | 米 白身魚 白みそ みりん 小松菜 人参 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん 防災訓練スープ オレンジ 食パン バター グラニュー糖 牛乳 | ラスク 牛乳 |
| 2 (火) | ごはん | 炒り豆腐 ブロッコリーのかつお和え キャベツのみそ汁 キウイ | 米 鶏ミンチ 卵 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん ブロッコリー かつお節 しょうゆ キャベツ 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 キウイ さつま芋 牛乳 | 焼き芋 牛乳 |
| 3 (水) | 揚げそば | 血うどん ゆでアスパラ 味付け小魚 グレープフルーツ | 揚げそば 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 しめじ もやし ねぎ 鶏ガラ しょうゆ アスパラ マヨネーズ(卵) 味付け小魚 グレープフルーツ ボン菓子 牛乳 | ボン菓子 牛乳 |
| 4 (木) | ごはん | 牛肉のスタミナ炒め 胡瓜の酢の物 ほうれん草のスープ バイナップル | 米 牛肉 玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ もやし 焼き肉のタレ 胡瓜 わかめ ちりめんじゃこ 春雨 酢 砂糖 淡口しょうゆ ほうれん草 えのき ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ バイナップル アイスクリーム お茶 | アイスクリーム お茶 |
| 5 (金) | 雑穀ごはん | さつま芋カレー グリーンサラダ チーズ オレンジ | 米 雑穀 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 さつま芋 カレールウ(牛脂) キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング チーズ オレンジ ポトト菓子 お茶 | ポトト菓子 お茶 |
| 6 (土) | うどん | 肉うどん ゼリー パナナ | うどん 牛肉 だし しょうゆ 砂糖 みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶 | お菓子 お茶 |
| 8 (月) | ごはん | 鯖の幽庵焼き おから煮 わかめスープ グレープフルーツ | 米 鯖 かぼす しょうゆ みりん おから 鶏肉 油揚げ 人参 こんにゃく ちくわ ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん わかめ 玉ねぎ ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ グレープフルーツ おせんべい 牛乳 | おせんべい 牛乳 |
| 9 (火) | ごはん | 豚じゃが三色おひたし ナスのみそ汁 バイナップル | 米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 糸こんにゃく グリンピース だし しょうゆ 砂糖 みりん ほうれん草 もやし 人参 ごま しょうゆ 砂糖 なす 玉ねぎ ねぎ みそ だし汁 バイナップル ホットケーキミックス 牛乳 卵 パナナ 牛乳 | パナナホットケーキ 牛乳 |
| 10 (水) | ソフトフランス | チキンのトマト煮 ポテトサラダ キウイ | ソフトフランス(卵) 鶏肉 玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく パセリ ケチャップ 砂糖 じゃが芋 胡瓜 人参 コーン缶 ハム(卵) マヨネーズ(卵) キウイ オレンジジュース みかん缶 アガー 砂糖 牛乳 | オレンジゼリー 牛乳 |
| 11 (木) | ごはん | 豚肉のみそ煮 キャベツのゆかり和え 豆腐のすまし汁 オレンジ | 米 豚肉 大根 こんにゃく ねぎ みそ だし しょうゆ みりん キャベツ ゆかりふりかけ 豆腐 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ 羊けんぴ 牛乳 | 羊けんぴ 牛乳 |
| 12 (金) | 雑穀ごはん | ビーフカレー ツナサラダ ヨーグルト グレープフルーツ | 米 雑穀 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ(牛脂) キャベツ ツナ 胡瓜 水菜 和風ドレッシング(卵) ヨーグルト グレープフルーツ ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 ココア 牛乳 | ココア蒸しパン 牛乳 |
| 13 (土) | スパゲティ | ナポリタン ゼリー パナナ | スパゲティ 玉ねぎ ビーマン コーン ベーコン(卵) ケチャップ 砂糖 ゼリー パナナ お菓子 お茶 | お菓子 お茶 |
| 16 (火) | ごはん | オムレツ じゃこサラダ もやしスープ オレンジ | 米 卵 ハム(卵) 人参 ほうれん草 コーン じゃが芋 ケチャップ 砂糖 キャベツ ちりめんじゃこ 胡瓜 水菜 和風ドレッシング もやし 玉ねぎ ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ オレンジ 塩せんべい 牛乳 | 塩せんべい 牛乳 |
| 17 (水) | 麦入りごはん | 和風あんかけ丼 蒸しシュウマイ 春雨サラダ グレープフルーツ | 米 大麦 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ しめじ もやし ごぼう ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん シュウマイ(卵) 春雨 人参 胡瓜 ハム(卵) ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ グレープフルーツ さつま芋 バター 牛乳 砂糖 牛乳 | スイートポテト 牛乳 |
| 18 (木) | ごはん | 牛肉のしぐれ煮 三度豆のごま和え かぼちゃのみそ汁 バイナップル | 米 牛肉 人参 糸こんにゃく ごぼう グリンピース だし しょうゆ 砂糖 みりん 三度豆 なす ごま しょうゆ 砂糖 かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ みそ だし汁 バイナップル コーンフレーク 牛乳 | コーンフレーク 牛乳 |
| 19 (金) | ソフトフランス | クリームシチュー 大根サラダ 味付け小魚 キウイ | ソフトフランス(卵) 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ブロッコリー クリームルウ 大根 胡瓜 水菜 和風ドレッシング 味付け小魚 キウイ どら焼き(卵) 牛乳 | どら焼き 牛乳 |
| 20 (土) | うどん | カレーうどん ゼリー パナナ | うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 ねぎ カレールウ(牛脂) 片栗粉 だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶 | お菓子 お茶 |
| 22 (月) | ごはん | 鯖の塩麹焼き 切干大根煮 きのこ汁 バイナップル | 米 鯖 塩麹 切干大根 人参 油揚げ 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん しめじ えのき まいたけ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ バイナップル バームクーヘン(卵) 牛乳 | バームクーヘン 牛乳 |
| 24 (水) | 麦入りごはん | 他人丼 ほうれん草のかつお和え 焼きポテト グレープフルーツ | 米 大麦 牛肉 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん ほうれん草 かつお節 しょうゆ ポテト グレープフルーツ あられ 牛乳 | あられ 牛乳 |
| 25 (木) 誕生会 | ひじき おにぎり | エビフライ(乳児:白身フライ) オレンジ コーンサラダ オニオンスープ ゼリー | 米 ひじきふりかけ エビ 小麦粉 卵 パン粉 白身フライ(乳児) 油 ケチャップ キャベツ コーン 胡瓜 水菜 和風ドレッシング 玉ねぎ パセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ ゼリー オレンジ ケーキ(卵) 牛乳 | ケーキ 牛乳 |
| 26 (金) | 雑穀ごはん | ポークカレー 海藻サラダ ヨーグルト キウイ | 米 雑穀 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ(牛脂) 海藻ミックス キャベツ ポン酢 ヨーグルト キウイ メロンパン(卵) 牛乳 | メロンパン 牛乳 |
| 27 (土) | うどん | きつねうどん ゼリー パナナ | うどん 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶 | お菓子 お茶 |
| 29 (月) | ごはん | 赤魚のマヨしょうゆ焼き ひじき煮 大根のみそ汁 グレープフルーツ | 米 赤魚 マヨネーズ(卵) しょうゆ ひじき 油揚げ 人参 こんにゃく ちくわ だし しょうゆ 砂糖 みりん 大根 玉ねぎ ねぎ みそ だし汁 グレープフルーツ 肉まん 牛乳 | 肉まん 牛乳 |
| 30 (火) | ごはん | 筑前煮 焼きしゃも(0.1歳らす) ほうれん草のすまし汁 バイナップル | 米 鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにゃく 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん しゃも しらす(0.1歳) ほうれん草 えのき ねぎ だし汁 淡口しょうゆ バイナップル ビスケット 牛乳 | ビスケット 牛乳 |

