

9月 予定および献立表

2025年8月20日
立売堀敬愛保育園

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1月	体育遊び	●タンドリーチキン/添野菜 大豆サラダ 白菜のトロトロスープ	鶏肉、 ヨーグルト 、酒、カレー粉、醤油、ケッチャップ/ブロッコリー、酢、サラダ油、塩、醤油 大豆、キャベツ、じゃこ、胡瓜、人参、酢、サラダ油、醤油、塩 白菜、人参、竹輪、生姜、鶏がら、醤油、酒、塩、ごま油、片栗粉	●きな粉揚げパン●牛乳 NEGロール 、きな粉 三温糖、塩、サラダ油
2火		豚肉の生姜焼き コールスローサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、ピーマン、人参、生姜、酒、みりん、三温糖、醤油、サラダ油 キャベツ、コーン、人参、胡瓜、レーズン、酢、サラダ油、塩、醤油 油揚げ、南瓜、青ねぎ、味噌	おからクッキー ●牛乳 HM、おから、上白糖 サラダ油、豆乳
3水		ゆかりご飯/鮭の西京焼き ポン酢和え けんちん汁	ゆかり/鮭、味噌、三温糖、みりん、酒 ほうれん草、白菜、人参、カニカマ、ポン酢、三温糖 鶏肉、牛蒡、人参、大根、里芋、板蒟蒻、青ねぎ、塩、醤油、酒	●ヨーグルト蒸しパン●牛乳 HM、BP、上白糖、レーズン ヨーグルト 、サラダ油
4木	内科健診	豚肉と根菜の韓国風煮 ポテトサラダ みそ汁	豚肉、青ねぎ、生姜、胡麻、醤油、三温糖、ごま油、大根、人参、蓮根、牛蒡、干椎茸 じゃが芋、胡瓜、玉葱、人参、ハム、マヨドレ、三温糖、塩 しめじ、わかめ、青ねぎ、味噌	●カルピスゼリー ●牛乳 カルピス 、粉寒天、三温糖 ★● パウムクーヘン
5金	E～たいむ きりん習字	きのこ和風あんかけスパゲティ ひじきサラダ フルーツ	鶏肉、スパゲティ、サラダ油、玉葱、しめじ、えのき、ほうれん草、塩、醤油、酒、みりん、片栗粉、海苔 キャベツ、人参、胡瓜、ひじき、コーン、ツナ、酢、サラダ油、塩、醤油 オレンジ	中華おこわ ●牛乳 もち米、豚肉、干椎茸、人参 鶏がら、醤油、酒 生姜、ごま油
6土		炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、人参、玉葱、小松菜、サラダ油、醤油、鶏がら、ごま油 もやし、人参、胡瓜、酢、醤油、ごま油、塩、三温糖 豆腐、コーン、青ねぎ、鶏がら、酒、醤油、塩	★●オレンジケーキ ●牛乳 HM、BP、三温糖、 牛乳 マーマレードジャム、 鶏卵 無塩バター 、 スキムミルク
7日				
8月	体育遊び	中華風ローストチキン/添野菜 カニカマサラダ みそ汁	鶏肉、生姜、にんにく、みりん、醤油、ごま油、オイスターソース、酒、三温糖/ほうれん草、三温糖、醤油 胡瓜、人参、カニカマ、キャベツ、コーン、サラダ油、ごま油、酢、醤油、塩 油揚げ、茄子、小松菜、味噌	●南瓜蒸しパン ●牛乳 HM、BP、三温糖、 牛乳 南瓜うらごし、 スキムミルク サラダ油、シナモン
9火		★●パン/フルーツ カレースープ じゃことしじきのサラダ	パン /パイン缶 鶏肉、玉葱、じゃが芋、人参、大豆、牛蒡、パセリ、コンソメ、鶏がら、カレールウ キャベツ、胡瓜、パプリカ、じゃこ、ひじき、コーン、酢、サラダ油、醤油、三温糖	フライドポテト ●牛乳 フライドポテト、塩 青のり、サラダ油
10水		豚肉のしぐれ煮 キャベツとパインサラダ みそ汁	豚肉、白滝、牛蒡、人参、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油、生姜 キャベツ、パイン缶、胡瓜、レーズン、サラダ油、塩、醤油、酢 豆腐、えのき、青ねぎ、味噌	チキンナゲット ●牛乳 チキンナゲット
11木	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま)	●肉団子の甘酢あんかけ/添野菜 春雨サラダ ワントンスープ	肉団子 、ケチャップ、三温糖、酢、酒、醤油、片栗粉/キャベツ、酢、サラダ油、塩、醤油 春雨、胡瓜、人参、もやし、カニカマ、酢、三温糖、醤油、ごま油 豚肉、餃子の皮、玉葱、干椎茸、白菜、ニラ、鶏がら、醤油、酒、にんにく、ごま油	おひさまゼリー リッツ●牛乳 人参、林檎ジュース、アガー グラニュー糖、レモン汁
12金	E～たいむ きりん習字 シーツ交換 (りす・いぬ)	わかめご飯/鯖の香味焼き ハムサラダ みそ汁	わかめ、塩、酒/さば、大葉、レモン汁、醤油、胡麻、酒、みりん、三温糖 ハム、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、酢、サラダ油、塩、醤油 大根、しめじ、ほうれん草、味噌	●マシュマロおこし ●牛乳 マシュマロ、 無塩バター コーンフレーク
13土	弁当日 (幼児)	チキンライス マカロニサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、サラダ油、コンソメ、トマトピューレ、ケチャップ、塩 マカロニ、胡瓜、ツナ、人参、コーン、マヨドレ、塩、三温糖 南瓜、玉葱、パセリ、コンソメ、塩	ちんすこう ●牛乳 薄力粉、三温糖、サラダ油
14日				
15月	敬老の日			
16火		鶏肉のマーマレード焼き/添野菜 ひじき煮 みそ汁	鶏肉、マーマレードジャム、醤油/キャベツ、ゆかり 竹輪、ひじき、人参、大豆、白滝、いんげん、サラダ油、みりん、三温糖、醤油 豆腐、わかめ、味噌	★●スイートブール ●牛乳 NEGロール 、薄力粉、 鶏卵 有塩バター 、三温糖
17水		カレイの唐揚げ/添野菜 パンサンスウ サンラータン	カレイ、生姜、酒、醤油、三温糖、片栗粉、サラダ油/ほうれん草、ポン酢、三温糖 胡瓜、人参、もやし、カニカマ、酢、三温糖、醤油、ごま油 豚肉、白菜、人参、干椎茸、春雨、ニラ、鶏がら、醤油、塩、酢、片栗粉	★●キャラットケーキ●牛乳 人参、薄力粉、BP、 鶏卵 有塩バター 、三温糖 スキムミルク 、 牛乳

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
18木		★冷やしうどん 厚揚げのカレー煮 フルーツ	うどん、トマト、胡瓜、ツナ、 錦糸卵 、めんつゆ、みりん、酒、三温糖、醤油 鶏肉、厚揚げ、小松菜、玉葱、じゃが芋、三温糖、サラダ油、醤油、カレー粉、片栗粉 バナナ	おはぎ ●牛乳 もち米、こしあん、きな粉 三温糖、塩
19金	E～たいむ きりん習字	豚肉とキャベツの味噌炒め 中華サラダ ★卵スープ	豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、サラダ油、味噌、三温糖、酒 ブロッコリー、胡瓜、コーン、酢、醤油、三温糖、ごま油 鶏卵 、クリームコーン、青ねぎ、酒、鶏がら、醤油、塩、片栗粉	●チョコバナナ風蒸しパン●牛乳 HM、BP、ココア、上白糖 おから、サラダ油 バナナ、 牛乳
20土		焼きそば風スパゲティ 大根サラダ みそ汁	スパゲティ、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、もやし、焼きそばソース、サラダ油 大根、胡瓜、人参、酢、サラダ油、塩、醤油 しめじ、ほうれん草、味噌	五平餅 ●牛乳 サラダ油、味噌、上白糖 みりん、ごま
21日				
22月	体育遊び	鶏肉のノルウェー風/添野菜 ひじきマヨサラダ みそ汁	鶏肉、片栗粉、サラダ油、ケチャップ、ウスターソース、三温糖/ブロッコリー、酢、サラダ油、塩、醤油 キャベツ、人参、胡瓜、ひじき、コーン、ハム、酢、三温糖、塩、マヨドレ 豆腐、えのき、小松菜、味噌	●カレーチーズトースト●牛乳 食パン 、カレー粉、マヨドレ 上白糖、 粉チーズ 、パセリ
23火	秋分の日			
24水		鮭のきのこあんかけ おかか和え 豚汁	鮭、玉葱、えのき、エリンギ、しめじ、青ねぎ、酒、上白糖、醤油、鶏がら、片栗粉 ほうれん草、白菜、人参、蒲鉾、みりん、三温糖、醤油、かつお節 豚肉、大根、さつまいも、人参、青ねぎ、味噌	●お麩ラスク ●牛乳 おつゆ麩、 有塩バター グラニュー糖、
25木	避難訓練 シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま)	わかめラーメン ブロッコリーサラダ フルーツ	中華麺、豚肉、人参、蒲鉾、玉葱、わかめ、もやし、コーン、青ねぎ、鶏がら、醤油 ツナ、ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、酢、サラダ油、塩、醤油 黄桃缶	鯖缶の炊き込みご飯●牛乳 もち米、鯖味噌缶、しめじ、 人参、油揚げ、醤油、酒、生姜 みりん、味噌、塩昆布
26金	E～たいむ きりん習字(参観) シーツ交換 (りす・いぬ)	★おから入りひじきハンバーグ/添野菜 キャベツとパインサラダ みそ汁	牛肉、豚肉、玉葱、パン粉、おから、ひじき、 鶏卵 、塩、ケチャップ、ウスターソース、三温糖/ミニトマト キャベツ、パイン缶、胡瓜、レーズン、塩、サラダ油、醤油、酢 南瓜、ほうれん草、油揚げ、味噌	●スイートポテト ●牛乳 さつま芋、 牛乳 、 有塩バター 上白糖、ごま
27土	弁当日 (幼児)	●チキンピラフ コーンサラダ きのこスープ/ゼリー	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、サラダ油、 有塩バター 、コンソメ、塩 キャベツ、コーン、人参、パセリ、酢、サラダ油、塩、醤油 しめじ、えのき、玉葱、コンソメ、塩、パセリ/ミニゼリー	●芋もち(青のり)●牛乳 じゃが芋、 有塩バター 片栗粉、塩、青のり
28日				
29月	体育遊び	鶏肉の胡麻風味焼き/添野菜 酢の物 みそ汁	鶏肉、醤油、みりん、酒、練りごま、生姜、ごま油、胡麻/もやし、鶏がら、ごま油、塩 ツナ、胡瓜、大根、人参、酢、三温糖、醤油 キャベツ、油揚げ、青ねぎ、味噌	●ジャムサンド ●牛乳 食パン 、苺ジャム マーガリン
30火	誕生会	ビーフカレー ツナサラダ ●ヨーグルト	牛肉、玉葱、人参、茄子、じゃが芋、トマト、南瓜、にんにく、生姜、サラダ油、カレールウ キャベツ、ツナ、胡瓜、人参、コーン、酢、サラダ油、醤油、塩 ヨーグルト 、上白糖	★●パースデーケーキ●牛乳 スポンジケーキ 、豆乳ホイップ 上白糖、ブルーベリー、 カルピス レモン汁、洋梨缶、みかん缶

- ・●は乳、★は卵を使用している献立です
(対象の食材を太字で表記しています)
・献立は仕入れ等の状況により若干変更する場合があります
- ・HM=ホットケーキミックス、BP=ベーキングパウダー
・合わせだしは、かつおと昆布を使用しています

朝おやつ・延長用おやつ
星たべよ、アンパンマンせんべい、源氏パイ、ぱりんこ
ぼたぼた焼き、リッツ、●ビスコ、●ミルククッキー
●ハーベスト、●マリー等を交互に提供します
延長用のおやつはアレルギーの無いものを提供します
他の物を提供する際には掲示にて周知させていただきます
＊林檎は加熱して提供しています

今月の一人当たりの栄養素(3歳以

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	573	21.5	15.9	258	2.3	225	0.23	0.36	18	3.6	16未満
平均	581	21.8	18.7	270	2.0	222	0.33	0.48	22	4.3	1.6