



# 9月予定および献立表



令和7年8月20日  
彩都敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	月		●タンダーチキン 大豆サラダ 白菜のとろとろスープ	鶏肉、ヨーグルト ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、人参、きゅうり 白菜、人参、竹輪、青梗菜	●オレンジケーキ ●牛乳
2	火		豚肉のしぐれ煮 ツナサラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ツナ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 豆腐、えのき、青ねぎ	★●スティックパン ●牛乳
3	水		きのこスパゲティ ひじきサラダ ゼリー	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、えのき、ほうれん草 ツナ、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、コーン ミニゼリー	●プリン せんべい ●牛乳
4	木		豚肉とキャベツの味噌炒め 中華サラダ わかめスープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン ブロッコリー、きゅうり、コーン わかめ、大根	だしシャカポテト ●牛乳
5	金		鮭の西京焼き ポン酢和え けんちん汁	鮭 ほうれん草、白菜、人参、かにかまぼこ 鶏肉、大根、人参、里芋、ごぼう、蒟蒻、ねぎ	中華おこわ ●牛乳
6	土		炒飯 中華風酢の物 コーンスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、コーン、小松菜 もやし、人参、きゅうり 豆腐、コーン	たい焼き ●牛乳
7	日				
8	月		中華風ローストチキン 切り干し大根煮 味噌汁	鶏肉、玉葱 ほうれん草 切り干し大根、人参、しらたき、竹輪、いんげん かぼちゃ、油揚げ、小松菜	●★スナックパン ●牛乳
9	火		たらの唐揚げ ★ばんさんすう サンラータン	たら かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、錦糸卵 豚肉、白菜、人参、春雨、干椎茸、にら	●フルーツヨーグルト ●ビスコ
10	水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	豚肉の生姜焼き ★マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 ハム、マカロニ、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ なす、油揚げ	玄米鮭おにぎり ●牛乳
11	木	シーツ交換 (りす)	●豆腐ハンバーグ じゃことひじきのサラダ 味噌汁	鶏ミンチ、玉ねぎ、豆腐、パン粉、牛乳 ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、コーン かぼちゃ、油揚げ、青ねぎ	大学芋 ●牛乳
12	金	誕生会	●ポークカレー キャベツとパインのサラダ ●スティックチーズ	豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、ルウ キャベツ、パイン缶、きゅうり、レーズン チーズ	●★パースディケーキ ●牛乳
13	土	家庭の日	肉じゃが 酢の物 味噌汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、しらたき、いんげん 大根、胡瓜、人参 豆腐、しめじ	●ジャムサンド ●牛乳
14	日				
15	月	敬老の日			

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	火		鶏肉のマーメイド焼き ひじき煮 味噌汁	鶏肉 ブロッコリー ひじき、大豆、人参、しらたき、竹輪、いんげん 麩、わかめ	●きな粉揚げパン ●牛乳
17	水		★冷やしうどん 厚揚げのカレー煮 フルーツ	ツナ、トマト、きゅうり、錦糸卵、うどん 鶏ミンチ、厚揚げ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、青梗菜 オレンジ	フルーツゼリー クラッカー ●牛乳
18	木		鮭のきのこあんかけ おかか和え 味噌汁	鮭、玉ねぎ、しめじ、えのき ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ キャベツ、油揚げ、青ねぎ	★お好み焼き ●牛乳
19	金		ゆかりご飯 豚肉と根菜の韓国風煮 キャベツとみかんのサラダ 味噌汁	ゆかり 豚肉、大根、人参、ごぼう、蓮根、蒟蒻 キャベツ、みかん、きゅうり、レーズン しめじ、わかめ	鯖缶の炊き込みご飯
20	土		チキンピラフ コーンサラダ きのこスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン コーン、キャベツ、人参、きゅうり しめじ、えのき	●おからクッキー ●牛乳
21	日				
22	月		鶏肉のノルウェー風 胡麻和え 味噌汁	鶏肉 ブロッコリー ほうれん草、白菜、人参、竹輪 さつまいも、玉ねぎ、青ねぎ	●★ツナマヨサンド ●牛乳
23	火	秋分の日			
24	水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	わかめご飯 鯖の塩焼き ハムサラダ 味噌汁	わかめ さば ハム、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 豆腐、しめじ、ほうれん草	ちんすこう ●牛乳
25	木	シーツ交換 (りす)	●★パン カレースープ ★ひじきマヨサラダ フルーツ	パン 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、大豆、ごぼう、ルウ ハム、ひじき、キャベツ、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ りんご	●マシュマロおこし ●牛乳
26	金		●肉団子の甘酢あん 春雨サラダ ワンタンスープ	肉団子 かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、春雨 豚挽肉、白菜、玉葱、人参、干椎茸、にら、餃子の皮	●パイナップルケーキ ●牛乳
27	土	家庭の日	豚肉のケチャップ炒め コールスローサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン キャベツ、コーン、胡瓜、人参 じゃが芋、しめじ	マカロニきな粉 ●牛乳
28	日				
29	月		わかめラーメン ブロッコリーサラダ フルーツ	豚肉、玉ねぎ、もやし、人参、コーン、かまぼこ、わかめ、中華麺 ブロッコリー、人参、ツナ、コーン 黄桃缶	おはぎ ●牛乳
30	火	避難訓練	鶏肉のごま風味焼き 切り干し大根の酢の物 豚汁	鶏肉、胡麻ペースト ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、切り干し大根 豚肉、大根、人参、さつまいも、ごぼう、ねぎ	●★カレーマヨチーズトースト ●牛乳

## 今月の乳児1日の1人あたりの栄養素量

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	レチノール (mg)	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	480	17.7	13.5	193	1.9	185	0.23	0.24	19	—	1.3
平均	473	16	14.4	191	1.8	171	0.31	0.31	17	—	1.1

◆献立の内容は、仕入れの状況により、若干変更する場合があります。

◆アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。