

9月予定および献立表

令和7年8月20日
彩都宿久庄敬愛保育園

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

◆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。

◆ハムには卵、乳が使用されています。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	火	E～たいむ	鶏肉のマーマレード焼き 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	習字(きりん)	★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	体育遊び	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	栗拾い(いぬ)	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	観劇			
22	月	スイミング(きりん)	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	習字参観(きりん) シーツ交換(いぬ)	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	体育遊び シーツ交換(くま)	●★パン カレースープ ●★ひじきマヨサラダ フルーツ	パン 鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、大豆、ごぼう、ルウ ハム、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、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 鶏ミンチ、白菜、玉ねぎ、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	お弁当		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
30	火	E～たいむ 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	●★カレーマヨトースト ●牛乳

今月の一人当たりの栄養素量(3歳児以上)

	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	565	21.2	15.7	258	2.2	215	0.22	0.34	17	3.4	1.5未満
平均	577	20.1	17.2	238	2	196	0.4	0.4	22	4.1	1.4